

GOOD COOKING



RAV671
A1
P38
no. 13
Res

Girls! Be Attractive to Men--

Nature Intended You Should Be!

WHEN a woman is well and healthy—there's a sparkle in her eyes, a rose tint in her cheeks, and she has rich red blood. There's elasticity in every movement and a spring in her step. Love comes to every woman who has bounding health, but when she is pallid, dull eyed, languid, she has no magnetism nor does she appeal to any man.

Such a change in feelings and in looks! After taking

Dr. Pierce's GOLDEN MEDICAL DISCOVERY

the skin becomes clear, the eyes brighter, the cheeks plump.

Druggists sell the Discovery in tablets or liquid. It is an invigorating, restorative tonic for both men and women; purely vegetable, non-alcoholic, and perfectly harmless.

One who has used it said: "I was in very poor health, suffered from weak stomach, my food did not digest properly and I would suffer from severe pains and aches in the pit of my stomach. But after taking a few bottles of Dr. Pierce's Golden Medical Discovery I was feeling fine, it strengthened the nerves of my stomach, aided my digestion and I regained my natural health and strength."—Mrs. Cora Hicks, 247 Hill St., London, Ont.

Write the Faculty, Invalids Hotel, Buffalo, N.Y., if you desire free medical advice.



YOU
you v
worth
day,
house

Pot
pint c
water,
one ta
white
silted
drippi
potato
water
the on
When
and r
milk
throug
into t
Melt
the flo
it into
five r
of fine
with
bread
a littl

Pur
tomat
with
soda
onion,

15⁵

B9

GOOD COOKING

and USEFUL INFORMATION

YOU will need this book every day. In preparing it we have endeavoured to give information to every householder, if you will go carefully over the pages you will find abundance of worthwhile cooking recipes and information which is useful every day, we also include candy recipes, cooking information, valuable household hints, first aid to the injured and care of the sick.

World's Dispensary Medical Association,
Bridgeburg, Ont.

USEFUL COOKING RECIPES

Potato Soup.—Three potatoes, one pint of milk or half milk and half water, one teaspoonful chopped onion, one tablespoonful salt, one sprinkle of white pepper, one-half tablespoonful sifted flour, one-half tablespoonful of dripping. Wash and pare the potatoes, then put them into boiling water and cook till very soft. Cook the onion in the milk in double boiler. When the potatoes are done, drain and mash them. Add the boiling milk and the seasoning. Rub them through a strainer, and put them back into the double boiler to boil again. Melt the dripping in a small pan, add the flour, and stir till it thickens. Stir it into the boiling soup. Let it boil five minutes. Add one teaspoonful of finely chopped parsley and serve hot, with croutons (tiny squares fried bread). If the soup be too thick add a little more hot milk or water.

Puree of Tomatoes.—One can of tomatoes, two cups of boiling milk with half a teaspoonful of baking soda stirred in, one small minced onion, two tablespoonfuls of butter

rubbed up with one of sifted flour, pepper and salt, handful of dry bread.

Soda Crackers.—One pound flour, two ounces lard, one-half teaspoonful of baking soda, one-eighth cake of yeast, pinch of salt, one teaspoonful of sugar, one-half teaspoonful of Malt Ext. 120°. Water sufficient to make dough.

Tea Biscuit.—Take one quart of sifted flour, one teaspoonful of salt and one teaspoonful of baking soda; sift thoroughly together; then rub in a heaping tablespoonful of lard or butter, and add sufficient sour milk or buttermilk to make a soft dough—just stiff enough to handle with the floured hand. Roll out the dough, and cut out the biscuit. Put into hot pans and bake immediately.

Buttermilk Muffins.—Take one quart of buttermilk, two eggs, one teaspoonful of baking soda, dissolved in warm water, one teaspoonful of salt, flour to make good batter. Beat the eggs well and stir them into the milk, beating hard all the while, add the flour and salt, and last the soda.

Johnny Cake.—Sift together one cup and a quarter wheat flour, two cups Indian meal, two tablespoonfuls of sugar, one teaspoonful salt. Mix together with two cups of sour milk and one teaspoonful baking soda, dissolved in a little cold water. Add now to the batter three tablespoonfuls of soft butter and one to three eggs. Pour into well buttered tins and bake thirty minutes in a brisk oven.

Bread.—Sift together one quart bread-flour with one heaping teaspoonful cream of tartar, one even teaspoonful baking soda, and a half teaspoonful salt. Mix in dry two tablespoonfuls of lard and last work all into a smooth dough with nearly a pint of milk. Let it stand a few minutes, then mould up into two loaves, place in tins, let stand for four or five minutes, and bake in a brisk oven. If it gets brown too quickly on top, place greased paper over the loaves.

Rye and Meal Bread.—Sift together two cups rye meal, one and a half cups Indian meal and one teaspoonful salt. In one cup water and a half cup buttermilk dissolve one even teaspoonful baking soda, add a small cup molasses. Stir in the meal a little at a time; beat all up lightly and add two tablespoonfuls melted butter. Pour at once into greased large tin, set into steamer and steam for three hours, then bake for about thirty minutes longer in oven to give it a good crust.

Graham Bread.—One quart sour milk, two round teaspoonfuls of baking soda, two teaspoonfuls of salt, one cup of molasses, two tablespoonfuls of brown sugar, four coffee-cups of Graham flour, sifted, four coffee-cups of wheat flour sifted. Bake one hour in a slow oven.

Brown Bread.—Take one cup of molasses, one cup of sour milk (and a little over), two teaspoonfuls of baking soda, half cup of sweet milk (good

measure), salt, a tablespoonful of sugar, one cup of corn meal, two cups of flour; steam three hours.

Egg Bread.—Two eggs well beaten, two cups sour milk, one smooth teaspoonful of baking soda, one small handful of corn meal, lard size of small egg melted and added to batter; a little salt. Bake in hot oven.

Self-Raising or Prepared Flour.—One quart flour sifted, one teaspoonful of baking soda, two teaspoonfuls cream tartar, one saltspoonful salt.

Oatmeal Gems.—Two cups rolled oats, one and a half cups of sour milk. Mix and let stand over night. In the morning add one even teaspoonful of baking soda, a little salt, one egg beaten very light, one-quarter cup of sugar or molasses and one cup of flour. Bake in gem pans.

Slap Jack.—Scald two cups of yellow meal with a pint of boiling water, beaten to a smooth mash; thin with one quart of buttermilk in which is dissolved two teaspoonfuls of baking soda, beat all thoroughly; add a little salt, one or two eggs well beaten, and enough sifted flour to form batter. Have the griddle clean, smooth and hot. Cold cooked rice or hominy can be used instead of corn meal.

The Oldtime Buckwheat Cake.—Sift a quart of old-fashioned buckwheat flour with a cup of yellow Indian meal and a tablespoonful of salt. Add three cupfuls of hot water and one of milk. The hot water mixed with cold flour will make a mixture that is blood warm. Beat the batter vigorously and add to it a cupful of home-made yeast or an yeast cake dissolved in a cupful of lukewarm water. Set the batter where it will rise thoroughly over night, yet where it is not hot enough to sour; cover carefully. In the morning beat the batter again, grease the griddle and add to the batter a cupful of warm milk in which a heap-

(Continued on page 4)

Write Dr. Pierce, Buffalo, N. Y., for Free Medical Advice

The Crown of Womanhood

is motherhood. But many women face the ordeal of maternity without sufficient preparation. At such times and later, the mother should take a vegetable tonic, made without alcohol, sold by druggists, and known in almost every home as Dr. Pierce's Favorite Prescription. It is put up in both tablet and fluid form.

It promotes the appetite, ends nervousness and sleeplessness, and gives a consciousness of buoyant health. It is unexcelled as a strength-giving tonic for mothers before the ordeal, and during the period of convalescence. This Favorite Prescription was used by Dr. Pierce with great success when in active practice years ago. It's still good to-day.

Thousands of women have testified as to its efficacy.

Stratford, Ont.—“During one of my expectant periods I was very poorly, my nerves were bad, I could not sleep, suffered from nausea and sick stomach, and felt tired, weak and all worn out. Upon the advice of a friend I began taking Dr. Pierce's Favorite Prescription. I started improving in health, got strong and never experienced any more trouble. I took the 'Favorite Prescription' the last six months and felt so well I was able to do all my own work without tiring or feeling fatigued.”—Mrs. Julia French, 507 Brunswick St.

Write the Faculty, Dr. Pierce's Invalids Hotel, Buffalo, N.Y., for free medical advice if you feel the need.

Don't Neglect Your Health



GOOD COOKING—(Continued from page 2)
ing teaspoonful of baking soda has been dissolved. Beat the batter again until it foams up almost like soda water; then begin to bake the cakes immediately. It is not well to let the batter stand after adding baking soda, as it gradually becomes heavy again. If the batter is not thin enough add more milk.

Waffles.—Take one quart flour, three eggs beaten separately, a piece of lard the size of an egg, half teaspoonful of baking soda, a little salt; mix with enough sour cream to make a thin batter. Beat thoroughly before putting in the irons.

Buckwheat Cakes.—Mix three tablespoonfuls molasses with one quart sour milk or buttermilk, and one or two beaten eggs. Then add, stirring in slowly, enough buckwheat flour to make a smooth batter, and one handful of corn meal well mixed with one large teaspoonful of baking soda. Salt to taste. Bake immediately.

Griddle Cakes.—Sift a teaspoonful of baking soda into two cupfuls of sifted flour and a half teaspoonful of salt; stir into the mixture two scant cupfuls of sour milk and two well beaten eggs; make a smooth batter and bake on a well greased hot griddle. Serve at once.

Corn Meal Batter Cakes.—Take one pint corn meal, three-fourths pint sour milk, one teaspoon nearly full of baking soda, stir in milk until it foams; two eggs beaten separately, salt to taste. A tablespoonful of flour added to the meal is an improvement. Have the griddle hot and well greased.

Chocolate Cake.—Take one cup sugar, two eggs, three-quarters cup butter, one cupful sour milk, with one teaspoonful baking soda dissolved in it; one cup and a tablespoonful sifted flour, two squares chocolate melted poured in last.

(Continued on page 6)

A Good Blood Enricher, Fine Stomach Medicine A Tonic That Can Be Relied On



Evans Studio

Mrs. Isabelle Cake

London, Ont.—“Dr. Pierce’s Golden Medical Discovery is a wonderful medicine, good as a blood enricher, is a fine liver and stomach medicine and a tonic that can be relied on. I have used it in my family for years. I take it as a tonic and blood medicine and give it to members of my family especially for coughs and colds. I have practically reared my family on this medicine, especially my youngest child; it has done wonders for him. I am never without a bottle of the ‘Golden Medical Discovery’ on my medicine shelf for any of my family to take when they are under the weather. It has saved my family from many sick spells as well as many doctor bills.”—Mrs. Isabelle Cake, 389 Grey St. All dealers, fluid or tablets.

Dr. Pierce’s Discovery contains no Harmful Ingredient

Are You Attractive?



If Your Mirror Reflects Pimples, Blotches,
Eruptions, it is a Warning to
Improve your Blood

DR. PIERCE'S Golden Medical Discovery

is a personal blessing to every man and woman, because it is a tonic in its effect on the stomach and digestive apparatus; an alternative in its action on the blood, liver and skin. It increases the appetite, stimulates the digestion, enriches the blood and clears the skin of eruptions and blemishes.

In liquid or in tablets, at your Drug Store.

Good health adds to your personality

GOOD COOKING—(Continued from page 4)

Bread Cake.—Take three cups bread sponge, two cups brown sugar, one cup butter, one teaspoonful baking soda, two eggs, one cup raisins, one-half cup citron, one teaspoonful each of cinnamon and cloves, a little nutmeg, flour. Let rise until light.

Berry Shortcake.—Take three cups flour, one teaspoonful baking soda, two teaspoonfuls cream of tartar, one teaspoonful salt. Put these all in the flour and sift together. A piece of lard the size of two eggs, rubbed in the sifted flour, then wet up with buttermilk or sour milk. Half of this is enough for one quart of berries.

Apple Sauce Cake.—Take one cupful sugar, one-quarter cup shortening, one cupful apple sauce, two cupfuls flour, one teaspoonful baking soda dissolved in about two tablespoonfuls water, one teaspoonful each of cloves and cinnamon, a little nutmeg, salt; with or without one egg, one cup seeded raisins or currants. Beat the apple sauce until it is very smooth.

English Tea Cake.—Take one cup of sugar, one-half cup of butter (melted), one teaspoonful each cloves and cinnamon, one-half teaspoonful of nutmeg, one cup of sour milk, two cups of flour, one teaspoonful baking soda well rounded, one cup of seeded raisins. Mix the sugar and spices together; add the butter, and cream well; put soda in milk and add to the mixed ingredients; stir in the flour and last the raisins sprinkled with flour. An excellent cake that does not require eggs.

Banana Cake.—Take one cup of sugar, one-third cup of butter, half cup sweet milk, three eggs, one teaspoonful of baking soda, two of cream tartar, two cups of sifted flour, flavor to taste. Filling—Mash two bananas to a cream, stir into boiled frosting and put between layers. To be eaten same day as made.

"I Was So Rundown, Weak and Nervous That I Had to Give Up and Go to Bed"



Becker's Studio

Mrs. Ada Diss

Stratford, Ont.—"Dr. Pierce's Favorite Prescription restored me to health when I was clear down physically and was told nothing but an operation would give me relief. I was suffering from inward trouble that completely undermined my health, I got so rundown, weak and nervous that I had to give up and go to bed, suffered severely from pains in my side, was a physical wreck when I began, as a last resort, taking Dr. Pierce's Favorite Prescription. It restored me to health without having to go through an operation and I am still a very healthy woman. I wish I could tell every ailing woman what the 'Favorite Prescription' did for me."—Mrs. Ada Diss, 57 Trinity St. All dealers. Fluid or tablets.

Your Druggist Sells Dr. Pierce's Prescription

—
sai
on
sto
do

Dr.
anc

the

ach
dep

Pier
disc
Pier

A Mother's Trouble



"What's the matter mudder?"

"Well, sweetheart, your mother has such an awful pain in her back—it catches me right there! It makes my life miserable. The doctor said that it was due to the kidneys clogging up—that winter was hard on the kidneys—but he also said I could get relief if I sent to the drug store and got Dr. Pierce's Anuric, so, Billy dear, help your mama, go down to the corner drug store. I'll give you the sixty-five cents."

Many folks in town have learned that this wonderful discovery of Dr. Pierce's has relieved them quickly of muscular rheumatism, bladder and kidney troubles and backache.

The kidneys should filter the blood, and when they are out of fix, the blood stream is just filled with body poisons.

Carried to all parts of the body, this poison causes backaches, headaches, rheumatic pains, heaviness, drowsiness, dizziness, irritability or depression and distressing bladder troubles.

Let the first pain in the back be your warning. Get a bottle of Dr. Pierce's Anuric Tablets. Your druggist can tell you about this new discovery for bad kidneys. Or, send 10c for a trial package to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

Good health is your most valuable asset

Candy Recipes

Fudge.—Take two cups of brown sugar, two-thirds of a cup of milk, and some butter the size of a walnut. Stir all together until dissolved and boil for three minutes, or until a drop hardens in cold water. Remove from stove and beat until a thick cream. Pour in buttered pan and cut in small pieces.

Cocoa Fudge.—Cook plain fudge as above, and when ready to remove from stove, beat in two tablespoonfuls of cocoa and beat as plain fudge.

Pulling Taffy.—Take one pound of brown sugar, one cup of molasses, one-half cup of water and butter the size of an egg. Boil over a hot fire until it hardens when dropped in cold water. Pour on a greased platter. When cool pull till light.

Taffy.—Take three cups of granulated sugar, one-half cup of vinegar, one-half cup of water and butter the size of a walnut. Boil without stirring until it hardens when dropped in cold water. Flavor and pour at once in buttered pans.

Chocolate Fudge.—Two cups granulated sugar and two cups of brown sugar, one cup of milk, butter the size of an egg, one-half a ten cent cake of unsweetened chocolate grated. Boil until it hardens in cold water. Remove from the stove. Stir in half a cup of chopped walnuts and one teaspoon vanilla. Beat until it stiffens. Pour into buttered tins and mark off in squares.

Chocolate Caramels.—One pound sugar, one-quarter pound of butter, three ounces of unsweetened chocolate (grated) and one dessertspoon of vinegar. Put the sugar in a pan and add just enough water to dissolve it. Add the butter, chocolate and vinegar. Boil, stirring often until it becomes thick and hardens in water. Pour on a buttered pan. Cut in squares when cool.

He Almost Lost His Job



Unable to stand outdoor work in the cold weather—complaining constantly of a pain in the back—worn out, weak, practically worthless on the job—

That was what the foreman told him. "Jim," he said, "there must be something wrong with you. Have you ever had lumbago before or any kidney trouble?"

Jim replies, thoughtfully, "Well, I haven't felt right since I had the grip. Ever since then I've been having those pains in my back, but I don't know what causes them."

"It's probably your kidneys," the foreman tells him. "Well, there's an easy way to overcoming your trouble. Have you ever heard of Dr. Pierce's Anuric Tablets? They relieved me of kidney trouble a year ago, and I can't praise 'Anuric' too highly. I was just like you."

Jim decides that the foreman is right and gets a package of "Anuric" (kidney-backache) Tablets from his druggist. It isn't long before he is his old, vigorous self again.

Hundreds of folks in this vicinity have "Anuric" to thank for their good health.

If you want a trial package of Anuric, send 10c to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

GO
W

To
ite P
that l
or gi
gotter
was v
have
month
tress,
scripti
built r
in tha
about
organs
Minnie
Girl:
nated l
a trial
can su
Writ
Invalid
free m

DR. P

These
deodori
irritati
or stre
cents.
Dr. Pier
Ont.

Pa

A mar
ready f
strength,
your nea
65c bott
send to
Bridgebu
your che
will feel :

DR. PI
dressing
and scrat

It costs you nothing to consult Dr. Pierce by letter—why not write?

GOOD ADVICE TO WOMEN and GIRLS

Toronto, Ont.—“Dr. Pierce's Favorite Prescription was so helpful to me that I can recommend it to any woman or girl to relieve distress. I had gotten in a very bad state of health, was very weak and nervous, would have to be in bed several days each month and suffered all kinds of distress, but Dr. Pierce's Favorite Prescription corrected all this trouble, built me up and I have never suffered in that way since. There is no doubt about this medicine strengthening the organs of a woman's body.”—Mrs. Minnie Dwyer, 182 George St.

Girls, give this Prescription (originated by a regular practising physician) a trial. Your neighborhood druggist can supply you.

Write the Faculty, Dr. Pierce's Invalids Hotel in Buffalo, N.Y., for free medical advice.

DR. PIERCE'S SUPPOSITORIES

These Suppositories are purifying, deodorizing and healing. They allay irritation, and tend to produce a tonic or strengthening effect. Price, 35 cents. At drug store, or direct from Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

Pale, Anaemic?

A man or woman of real red blood is ready for any or all tasks. Gain strength, energy, vigor by going to your nearest druggist and obtaining a 65c bottle of “Ironic” Tablets, or send to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont. You will find that your cheeks will have color, and you will feel strong and vigorous.

DR. PIERCE'S SALVE is a soothing dressing for superficial wounds, cuts and scratches. See price, page 32.

Why Not Enjoy the Autumn of Life?



Too often elderly people allow body poisons to accumulate, causing many distressing symptoms. Just a little kidney disorder that could have been overcome long ago is allowed to develop.

If you have reason to suspect that your kidneys are not thoroughly cleansing your blood of waste products, ask your nearest druggist for

DR. PIERCE'S ANURIC TABLETS

A Stimulant Diuretic to the Kidneys

Or, if you desire a trial package, send 10c to Dr. Pierce's Laboratory, Bridgeburg, Ont., and write Dr. Pierce for free medical advice.

Anuric sent by mail if not obtainable at drug store

Dainty Dishes *for the Invalid*

Barley Water.—One and a half tablespoons pearl barley, one quart cold water, salt. Wash barley, add cold water and let soak several hours or over-night. Drain and add the fresh cold water, boil gently over direct heat two hours, or in a double boiler steadily four hours, down to one pint, adding water from time to time; season with salt. Strain through muslin. Cream or milk may be added or lemon juice and sugar.

Oatmeal Water.—One tablespoon oatmeal, one tablespoon cold water, speck salt, one quart boiling water. Mix oatmeal and cold water, add salt and stir into the boiling water. Boil three hours; replenish the water as it boils away. Strain through cheese cloth. Season, serve cold.

Junket.—One cup fresh milk, one-quarter Junket tablet, one teaspoon cold water. Heat the milk until lukewarm; add the tablet dissolved in the cold water; allow it to jelly in a warm place; chill in cool place.

Flaxseed Tea.—One tablespoon whole flaxseed, two cups cold water, juice of one lemon; sugar. Wash flaxseed thoroughly, put it with the cold water in a saucepan, simmer one hour, add lemon juice and sugar to taste and strain. If too thick, add hot water. Valuable in case of inflammation of the mucous membrane.

Egg Broth.—Yolk one egg, one tablespoon sugar, speck salt, one cup hot milk. Brandy or some other stimulant if required. Beat egg, add sugar and salt. Pour on carefully the hot milk, flavor as desired, if with brandy or wine, use about one tablespoon.

Egg-Nog.—One egg, speck salt, one tablespoon sugar, one-third cup of milk, one and one-half tablespoon of wine or less of brandy. Beat the egg, add the sugar and salt; blend thoroughly, add the milk and liquor. Serve immediately.

For Bronchial Weakness and To Build Up Blood Cells, Take Dr. Pierce's Golden Medical Discovery



The Shaw Studio

William March

Hamilton, Ont.—“For weak bronchials or to build up the blood cells I know of nothing so good as Dr. Pierce's Golden Medical Discovery. One of my boys always had weak bronchials. He would choke up and be miserable. The only medicine that did him any good was Dr. Pierce's Golden Medical Discovery. Since taking it he has warded off the spells of bronchitis. I also give this medicine to others of my family as a tonic and blood enricher and find it excellent.”—Mrs. R. March, 42 Clyde St.

Ask your druggist for Dr. Pierce's Golden Medical Discovery, liquid or tablets.

SOIL

The o is like t health friendl ones teria cap and put can use the plan B. E. America

The r face—th of little to turn stream.

The d It is as an acid over aci remedy limestone of land fortun weak st Medical stronger proper e taken up stomach the vita health l gates of bacteria germs of pneumonia unless t weakened pepsia or Medical many ye the mo Pierce's (an extra alterative food in th ach mem to take t food.

Good health is your most valuable asset

SOIL THAT IS SOUR

The question of raising large crops is like that of maintaining the public health—it consists of encouraging friendly bacteria and destroying harmful ones. In the soil the friendly bacteria capture the atmospheric nitrogen and put it in such shape that the plants can use it. Nitrogen is necessary to the plants and the air is full of it, said B. E. Powell in "Country Life in America."

The richness of the soil is in the surface—that which contains the millions of little bacterial workers—all anxious to turn into the purse of man a golden stream.

The difficulty is when the soil is sour. It is as impossible to grow crops upon an acid soil as it is to digest food in an over acid stomach. Fortunately, the remedy for acid soil is finely ground limestone (a ton of limestone to an acre of land is usually sufficient). Just as fortunate is it that the remedy for a weak stomach is Dr. Pierce's Golden Medical Discovery. No man is stronger than his stomach. If the proper elements in the food are not taken up by the blood vessels of the stomach and intestines and carried to the vital organs of the body, one's health breaks down and leaves the gates open for the entrance of the bacteria of disease. The bacterial germs of typhoid fever, grip, malaria, pneumonia, rarely attack a person, unless the system has first been weakened by disease, indigestion, dyspepsia or other errors. The "Golden Medical Discovery" has been in use many years but it is as up-to-date as the most modern discovery. Dr. Pierce's Golden Medical Discovery is an extract of medicinal roots. This alternative helps the assimilation of the food in the stomach, soothes the stomach membranes, and assists the blood to take the proper elements from the food.

Colds Cost Money

*Fortify
Yourself
Against
Them*



It is estimated that a sufferer from colds loses three days' time from work in a year.

At work, in the "movie," or at any entertainment, if your neighbor has a cold and sneezes or coughs, the air is full of germs and if you are not in good condition, you may become ill. The only protection you can have is to build resistance against disease forces. Take that splendid herbal tonic,

DR. PIERCE'S GOLDEN MEDICAL DISCOVERY

Large bottles, liquid, \$1.35; Tablets, \$1.35 and 65c.

Procure it from your druggist, in either liquid or tablet form. Write Dr. Pierce's Invalids Hotel in Buffalo, N.Y., if you desire free medical advice.

Good health adds to your personality

Cooking Information

One teaspoonful of salt to one quart of soup, and one teaspoonful of salt to two quarts of flour.

Suet may be kept fresh by chopping roughly and sprinkling it with a little granulated sugar.

One scant cupful of liquid to two full cupfuls of flour for bread.

One scant cupful of liquid to two cups of flour for muffins.

One scant cupful of liquid to one cupful of flour for batters.

One quart of water to each pound of meat and bone for soup stock.

One-half cup of yeast or one-quarter cake compressed yeast to one pint liquid.

Four eggs to one quart of milk for custards.

Four heaping tablespoonfuls of corn-starch to one quart of milk. One even teaspoonful of baking powder to one cupful of flour.

One teaspoonful of soda to one pint of sour milk. One teaspoonful of soda to one pint of molasses.

One teaspoonful of baking powder is equal to one-half teaspoonful of soda, and one teaspoonful of cream of tartar.

Salt added to potatoes when nearly done ensures flouriness and prevents them going to pieces.

The oven for baking bread should be hot enough to brown a teaspoonful of flour in five minutes. For biscuits it should brown in one minute.

One teaspoonful of soda to one pint of sour milk, and one teaspoonful of extract to one plain loaf cake.

Four peppercorns, four cloves, one teaspoonful of mixed herbs for each quart of water for soup stock.

One teaspoonful of vanilla to one quart of milk for custard, and two ounces of gelatine to one and three-quarter quarts of liquid.

In preparing for baking, mix dry materials in one bowl and liquids in

(Continued on page 14)

"Anuric Removed Congestion from the Kidneys and the Lameness left My Back"



Photo by Becker

Mr. Wilber Beatty

Stratford, Ont.—"Dr. Pierce's Anuric Tablets are excellent as a kidney tonic. My kidneys were congested, causing my back to be so lame that I could not do anything that would put a strain on my back. I took 'Anuric' and it removed the congestion from my kidneys and the lameness left my back. I have not suffered with my kidneys since."—Wilber Beatty, 339 Queen St. All druggists.

DR. PIERCE'S (MENTHA) SOOTHALINE is especially recommended for chilblains, tired, burning, aching feet, chapped skin; applied after shaving it is very cooling and healing. If not kept by your dealer, send 63 cents to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

Write Dr. Pierce, Buffalo, N. Y., for Free Medical Advice

YOU c
the
could.
Too o
beyond,
late, car
toms. J
that cou
ago is al
If you
send to
PIERCE
mild stir
Anuric
valids H
Dr. Pier
treatment

Do You Get Up Frequently at Night?



YOU cannot hope to feel good under these circumstances. Nobody could. You must have rest.

Too often people of middle age and beyond, allow body poisons to accumulate, causing many distressing symptoms. Just a little kidney disorder that could have been overcome long ago is allowed to develop.

If you notice any kidney irregularity, send to the drug store and get DR. PIERCE'S ANURIC TABLETS, a mild stimulant diuretic to the kidneys.

Anuric was originated at the Invalids Hotel in Buffalo, N.Y., by Dr. Pierce, after observation and treatment of thousands of kidney cases.

One who has used it said: "I have taken Dr. Pierce's Anuric Tablets and can highly recommend them as a stimulant diuretic for the kidneys. My kidneys were in such a weak condition that I had no control of the secretion, my back bothered me and I felt dull and heavy. I took the 'Anuric Tablets' and they were very helpful to me, they strengthened my kidneys, causing them to function in a perfectly normal way."—W. H. Cole, 144 Catherine St. N., Hamilton, Ont.

If you want a trial package of the Anuric Tablets send 10c to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

Do not accept a substitute for Anuric

COOKING INFORMATION

(Continued from page 12)

another; combine them quickly, and put at once into the oven.

To separate the yolk of an egg from the white make a hole in both ends of the egg. Then hold it upright, giving it a gentle shake, and the white will run out, leaving the yolk unbroken in the shell.

The best way to warm up a roast is to wrap it in thickly greased paper and keep it covered while in the oven. By having it covered the steam will prevent the meat from becoming hard and dry.

Prevent the frying eggs from sputtering and flying by adding a generous pinch of flour to the fat, and stirring it.

Use milk instead of water for making pie crust, which is to be served cold. It will keep crisp longer.

When making cake always mix the spices and baking power with the flour before it is sifted.

Cream of tomato soup is not apt to curdle if a teaspoonful of cornstarch with a pinch of baking soda is mixed in the cream before it is added to the tomato mixture.

Don't peel apples for apple sauce. Wipe them well, cut up with peeling, add water, and cook till thoroughly soft, then rub the pulp through a coarse sieve.

When making apple pie cut the apples in irregular pieces. They will not pack together as if sliced and will cook much quicker.

Grease sweet potatoes before they are put in the oven to bake; they will bake in half the time and the skins will be soft.

Constipated, Tongue Coated, Stomach Upset



Mrs. Lillian Barnett

Toronto, Ont.—“I suffered from liver ills and constipation, my liver would not act, I would become constipated, my tongue was coated, my stomach would be all upset. I took Dr. Pierce's Pleasant Pellets and they relieved me of all my trouble. I prefer the 'Pleasant Pellets' to any liver pill I have ever taken as they act so natural never causing any distress.”—Mrs. Lillian Barnett, 183 Oak St. Dealers.



DR. PIERCE'S LOTION TABLETS

One of these Lotion Tablets crushed and dissolved in a pint of hot water makes a deodorizing and cleansing lotion or wash. Price, 35 cents, at the drug store or direct from Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

Pale, anæmic folks need Dr. Pierce's Ironic Tablets

Why He Succeeded

One of the best known medical men was the late Dr. R. V. Pierce, whose picture appears here.

He was successful in his profession, in politics and socially because of his keen observation and unusual ability to use his knowledge to good ends.

His patient investigations and many analyses of native medical plants, extending over a number of years, enabled him to prepare Dr. Pierce's Golden Medical Discovery which has been used by thousands of sick folks.

It is purely vegetable and contains no habit forming drugs. It is alterative in its action on the blood, liver and skin; tonic in its effects on the stomach and digestive apparatus; eliminates poisons from the system. It increases the appetite, stimulates digestion, enriches the blood, clears the skin of eruptions and blemishes.

Write Dr. Pierce's Clinic, Buffalo, N.Y., for free medical advice.

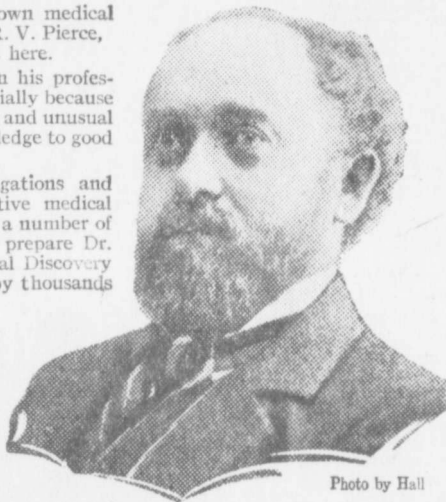


Photo by Hall

Take DR. PIERCE'S

Golden Medical Discovery

LIQUID OR TABLETS
AT YOUR DRUG STORE

Send 10c. for Trial Pkg. to Dr. Pierce's Laboratory, Bridgeburg, Ont.

Don't Neglect Your Health

Read these Interesting From Women who praise the benefits they have derived from using Dr. Pierce's Favorite Prescription

NERVES WENT ALL TO PIECES

Toronto, Ont.—“I had inward weakness so bad that it completely broke me down in health, my nerves went to pieces, I could not sleep, got so weak and rundown and suffered so from backaches and pains in my side that I was scarcely able to do anything. I took Dr. Pierce's Favorite Prescription. It greatly improved my health and so relieved me of my weakness that I do not suffer from it any more. The 'Prescription' is surely a wonderful woman's medicine.”—Mrs. Marie Lemay, 46 Arnold Ave.

YOUNG MOTHER'S EXPERIENCE

St. Catharines, Ont.—“Dr. Pierce's Favorite Prescription is the tonic my mother had me take during expectancy. I was then suffering with continuous backache and my health was failing. It did not take long for the 'Prescription' to strengthen my body and nerves and to relieve me of the backaches. From then on I had no further distress. Motherhood was easy and my baby fine and healthy. He is now 5 years old and has always been the picture of health. I would not care to think of motherhood without the help of Dr. Pierce's Favorite Prescription.”—Mrs. Myrtle McFarland, 15 Water St.

RUN DOWN, NERVOUS, HOUSEWORK BURDENSOME

Toronto, Ont.—“Dr. Pierce's Favorite Prescription is by far the best tonic and nerveine I have ever taken. Following motherhood I was in miserable health, I became weak, nervous and so terribly rundown that my housework was burdensome to me. I took about three bottles of the 'Prescription' and it put me right on my feet, quieted my nerves and made me feel like a new woman.”—Mrs. Rosabella Barrett, 258 Niagara St.



The Beauty of Motherhood

The crown of womanhood is motherhood. But many women face the ordeal of maternity without sufficient preparation. At such times and later, the mother should take a vegetable tonic, sold by dealers and known in almost every home as Doctor Pierce's Favorite Prescription. It is put up in both fluid and tablet form. If you wish to give it a trial send your name and address to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ontario, enclosing ten cents, and a trial package will be sent you. Thousands of women have testified as to its efficacy. Read the letters:

DR. PIERCE'S

Favorite Prescription

SOLD BY ALL DRUGGISTS

and True Letters

Nervousness, Headaches and Sleeplessness soon disappear if you try the medicine that "did the work" for so many thousands of others
—Favorite Prescription

NERVUS AND WEAK

Windsor, Ont.—“For ailments of women there is nothing I can so highly recommend as Dr. Pierce's Favorite Prescription. I was suffering with a weakness that seemed to sap away all my strength. I had pains in my side and was nervous and weak. I took the 'Favorite Prescription' and it relieved me of the weakness, built up my nervous system and improved my health in general.”—Mrs. Chas. Bristow, 723 Sandwich St. East.

HIGH PRAISE FROM SASKATCHEWAN

Melaval, Sask.—“I don't know what I would have done if I had not written to Dr. Pierce. I was in an awful state, my hands would become powerless and I had no feeling in them, and I doctored but was not relieved. I saw Dr. Pierce's advertisement and wrote Dr. Pierce and I am a new woman since I used the 'Golden Medical Discovery', the 'Favorite Prescription' and the 'Pleasant Pellets.' I never have had any pains since. I sew, milk my cows and do all my own work and sleep the whole night through. I can recommend these medicines to any of my neighbors for what they have done for me.”—Mrs. M. B. McDonald. Box 14.

MOTHER OF TWINS LAUDS FAVORITE PRESCRIPTION

Stratford, Ont.—“During the last five months of expectancy I took Dr. Pierce's Favorite Prescription and it kept me in perfect physical condition so that I was able to be around and do all my own work, did not suffer any discomfort and my twins were both perfect—have been healthy and strong from birth. I give the 'Favorite Prescription' credit for this, for it helps to make the child healthier and stronger.”—Mrs. Gertrude Deakin, 502 Brunswick St.

Health is your most valuable asset

Medicines sent by mail if not obtainable at drug store

Weights and Measures for Cooking

- 2 cups lard make 1 pound.
- 2 cups butter make 1 pound.
- 6 cups pastry or bread flour make 1 pound.
- $3\frac{1}{2}$ cups entire wheat flour make 1 pound.
- $4\frac{1}{2}$ cups graham flour make 1 pound.
- $4\frac{1}{4}$ cups rye flour make 1 pound.
- $2\frac{1}{2}$ cups cornmeal make 1 pound.
- $4\frac{1}{2}$ cups rolled oats make 1 pound.
- $2\frac{1}{2}$ cups oatmeal make 1 pound.
- $4\frac{1}{2}$ cups coffee make 1 pound.
- 2 cups granulated sugar make 1 pound.
- $2\frac{1}{2}$ cups powdered sugar make 1 pound.
- $3\frac{1}{2}$ cups confectioners' sugar make 1 pound.
- $2\frac{1}{2}$ cups brown sugar 1 pound.
- 2 cups chopped meat make 1 pound.
- $1\frac{1}{2}$ cups rice make 1 pound.
- 2 cups raisins (packed) make 1 pound.
- $2\frac{1}{4}$ cups currants make 1 pound.
- 2 cups stale bread crumbs make 1 pound.
- 9 large eggs make 1 pound.
- 2 tablespoonfuls butter make 1 ounce.
- 4 tablespoonfuls flour make 1 ounce.
- 6 tablespoonfuls baking powder make one ounce.
- 4 teaspoonfuls make 1 tablespoonful.
- 16 tablespoonfuls dry ingredient make 1 coffee cupful.
- 2 tablespoonfuls equal 1 ounce, liquid.
- 2 wine glasses, equal 1 gill, or half a cup.
- 2 gills equal 1 coffee cupful, or 16 tablespoonfuls.
- 2 coffee cupfuls equal 1 pint.
- 2 pints equal 1 quart.
- 4 quarts equal 1 gallon.

The Mystery Solved



THE young girl is an inspiring sight and she is usually beautiful if she is healthy, but let her be nervous, distressed, have sleepless nights, and how soon wrinkles and dark circles appear. To preserve her health and good looks, a girl should occasionally take

DR. PIERCE'S FAVORITE PRESCRIPTION

Sold by Druggists

Write Dr. Pierce's Clinic in Buffalo, N.Y., if you desire free medical advice. Send 10c. for trial pkg. of tablets to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont.

Dr.

IN

H

665 M

Buf

WE

men c
Invalid
them a
with th
exerts

Send
scribes
particu
gravur
of our

The
accura
disease
proced
a/marv
size of
is, that
charac
those v
in the
luxurio
constat
tendan
profess
to cop
gency
less, m
take ad
tunities

Good health keeps you young

Dr. Pierce's
**INVALIDS
 HOTEL**

665 Main Street,
 Buffalo, N. Y.



WE have not the space to speak individually of the professional men composing the faculty of the Invalids Hotel, but will say that among them are many whose long connection with the Institution has rendered them experts in their several specialities.

Send for our free booklet which describes the Invalids Hotel and gives all particulars of our work here. Photographures of the physicians and surgeons of our Staff will be found therein.

The development of greater scientific accuracy in the treatment of chronic diseases or in carrying out operative procedures when necessary, has led to a marvelous increase in the number and size of modern hospitals. One reason is, that in a modern institution of this character the sanitary conditions are those which cannot be approached even in the most carefully conducted or luxurious home; patients here are under constant observation by trained attendants and skilled physicians, and professional nurses are always at hand to cope successfully with any emergency which may occur. Nevertheless, many sufferers who should, do not take advantage of this wealth of opportunities owing to the fact that they

have no means of knowing what the total cost will be. For example, there is the doctor's fee, the cost of an operation, that of medicines, the room, a special nurse and her board should one be required, and often incidentals. Too frequently all this makes up a sum which is two, three, or perhaps four times that which the patient anticipated.

At the Invalids Hotel the case is quite different. We charge a fee for examination if a patient comes here and does not stay, but for those who remain with us there is no charge for the examination.

If the case is acceptable to us, we give a net fee stating the time we expect will be necessary. This covers board, private room (we have no wards), nursing, medicine and all expenses except that necessitated by one's personal laundry. The only exception is in cases where a special nurse is necessary, which happens but seldom. This makes a patient's expenses with us extremely modest, often less than the average physician alone charges in a hospital case.

While in some instances an examina-

(Continued on page 21)

The Invalids Hotel is a modern Sanitarium

Cleaning Recipes

How to Clean Brass and Copper Pans.—A piece of cut lemon and coarse salt will clean brass and copper pans like magic. After the pan has been well rubbed, rinse out with clean, warm water, then dry and polish with a dry, soft duster.

To Remove Grease Marks.—Grease marks on pages of books may be removed by sponging them with carbon tetrachloride placing the pages between sheets of blotting-paper, and pressing with a warm iron.

Dish-Cloths do not get the attention they should, and in many houses are dirty and quite unfit for use. After washing up, always soap the dish-cloth well, and then rinse in hot water with soda in it. Rinse again in hot water, and hang it in the air to dry.

If in **Cleaning** a kitchen stove the black-lead used is mixed with a little methylated spirit instead of water, the labor of polishing is a good deal reduced and the result is particularly brilliant. Care should be exercised so that the fumes will not ignite.

To Remove the Smell of Onions from knives, place them in the earth for a few minutes. Earth will also sweeten pickle-jars, etc., that washing seems powerless to render fit for use, but in that case the jars, etc., should be filled with earth and allowed to remain twenty-four hours or so.

Flower Vases stained with flower water can be perfectly cleaned with tea-leaves moistened with vinegar.

Your Table Knives need cause you no anxiety, when stored for some months if you follow this method: Clean the knives thoroughly, and then wipe over with vascline. Wrap in brown paper, one knife in each fold.

(Continued on page 22)

KIDNEY TROUBLE

PAIN IN BACK

Anuric Put Kidneys in Perfect Condition



Photo by Whyte

Mrs. Louis Giroux

St. Catharines, Ont.—“Dr. Pierce’s Anuric Tablets were so beneficial to me that I advise any one who has had kidneys to give them a trial. I was suffering with my kidneys, they did not function, seemed to be congested and were sore, I had pains across my back that were so severe at times I could scarcely straighten up. I took about five bottles of the ‘Anuric Tablets’ and they put my kidneys in such perfect condition that they have not given me any more trouble.”—Mrs. Louis Giroux, 15 Seneca St.

Dr. Pierce’s Anuric is sold by all druggists and dealers in medicine.

Send 10c to Dr. Pierce’s Laboratory in Bridgeburg, Ont., for a trial package of Anuric. Write for free advice.

tion is
figures
we can
patient
in acco
We :
quires
who c
under

A Bu.

constit
Pierce’s
N. Y.
ailmen
sympto
tion bl
in des
one of t
filled o
Corresj
careful
as to t
case de
patient
they a
treat s
ally pr
will st
remedi
which
fully ti
terms
board)
never
pense
it is b
home v

The
to mod
most sl
Rup
are cart
of a ge
Ston
stones :
washing
avoidin
Piles

It cos

Dr. Pierce’s Medicines are sold by all druggists

tion is necessary before we can quote figures there are many others in which we can state the cost without seeing the patient. Naturally, our charge varies in accordance with what is required.

We shall be glad to answer any inquiries concerning fee, etc., from those who contemplate placing themselves under our care.

A Bureau of Correspondence

constitutes a prominent feature of Dr. Pierce's Invalids Hotel, in Buffalo, N. Y. If those suffering from chronic ailments will write and describe their symptoms we will send special question blanks designed to aid the afflicted in describing their maladies. When one of these question blanks is carefully filled out and returned to the Bureau of Correspondence, the Faculty will, after careful deliberation, prepare its opinion as to the nature and curability of the case described, and submit it to the patient; and if the case be one which they are confident of being able to treat successfully by medicines specially prepared for use at home, they will state the cost of the necessary remedies. If the case described be one which can in their opinion be successfully treated only at the Institution, terms for such treatment (including board) will be given. Patients are never advised to incur the extra expense of visiting the Institution when it is believed they can be treated at home without a personal examination.

Surgical Practice

The most difficult operations known to modern surgery are performed in the most skillful manner by our Surgeons.

Rupture.—All degrees of rupture are cared for painlessly without the use of a general anæsthetic.

Stone in the Bladder.—Large stones are safely removed by crushing, washing and pumping them out, thus avoiding the great danger of cutting.

Piles, Fistulæ.—Piles Fistulæ and

other diseases affecting the lower bowels, are treated with wonderful success.

Tumors.—Every year many tumors which cannot be treated by deep X-Ray Therapy are removed by our surgeons who have acquired a national fame.

Deep X-Ray Therapy

We have been unusually successful in treating tumors by Deep X-Ray Therapy, which is not an operation, does not require cutting or anæsthesia, is painless and usually does not confine the patient to bed. This treatment can be given in a modern sanitarium only, which is equipped with up-to-date electrical apparatus and has experts in its use.

In treating fibroid tumors with the X-Rays, the patient simply lies on a comfortable table for the required length of time, while the X-Rays are passing into the affected portion of the body.

All patients are not treated alike. An examination is made, and the manner of giving the X-Ray is adapted to the peculiar requirements of the case. Some need longer and stronger treatments, others those which are shorter and more frequent. Some are treated through one area, others thru three or four.

One complete treatment by X-Ray may be divided into two, or more, applications usually given on successive days, and may be repeated in three weeks. Generally a third application is given three weeks later, and these three constitute a full course. As there may be some systemic reaction, it is desirable to have the patient under observation between treatments. In the ordinary case the patient remains in the Invalids Hotel about sixty days.

The X-Ray has a very decided action on certain kinds of tissues. Those of the female generative organs are par-

(Continued on page 23)

It costs you nothing to consult Dr. Pierce by letter—why not write?

CLEANING RECIPES

(Continued from page 20)

Patent Leather Shoes should have the dirt removed from them with a damp sponge. Dry with a duster, and then apply a very little vaseline, and polish with a silk handkerchief.

For Mildew.—Salt, water, and sunshine will remove the worst mildew stains. Wet often, when the sun is bright, and persevere until the garment is clear and white.

Cupboard Floors should be covered with oilcloth, for they can be wiped over with a damp cloth and thus be kept perfectly clean and free from dust.

When Linen turns yellow after washing, you may know that it has not been rinsed enough. The presence of soap causes the discoloration.

After Using Spoons for Eggs which always stain them, the following method will be found not only handy, but also very cheap: Simply get a little ordinary salt, and rub slightly with the thumb and finger, when all stain and smell will instantly disappear, leaving a bright smooth polish.

Salt and Vinegar make an excellent mixture for cleaning water-bottles and wine-decanter. Put a dessertspoonful of rough salt into a decanter, moisten it with vinegar, and then shake the decanter till the stains are removed.

Stains on Flannels may be removed by applying equal quantities of yolks of eggs and glycerine, and allowing it to soak for half an hour before the garment is washed.

To Clean Carpets.—A solution of ammonia and water, lukewarm, will, if well rubbed into carpets, take out all stains. Take one part of ammonia and three parts water.

To Prevent White Fabrics, such as tulle or silk evening gowns, choice lace or crepe shawls, becoming yellow when packed away, sprinkle bits of white wax freely among the folds.

(Continued on page 24)

"During Motherhood Dr. Pierce's Prescription Gave Me an Appetite and Strengthened Me"



Photo by Becker

Raymond Tomsett

Son of Mrs. Constance Tomsett

Stratford, Ont.—"During expectancy I felt very weak, nervous and rundown, lost weight and felt badly all over. I saw Dr. Pierce's Favorite Prescription advertised as being good for the expectant mother, and it built me up, gave me an appetite and strengthened me. I kept up my strength to the very last, was able to do all my own work, and my baby has been fine and healthy from birth, is six months' old, and has never had a sick day."—Mrs. Constance Tomsett, 322 Douro St.

Dr. Pierce invites every ailing woman to write to the Staff of the Invalids Hotel in Buffalo, N.Y., for free medical advice.

ticula
effects
uterin
gins t
there
mayb
the gr

usually
patient
severe
weaken
moved.
For
on this
Doctor
Hotel,

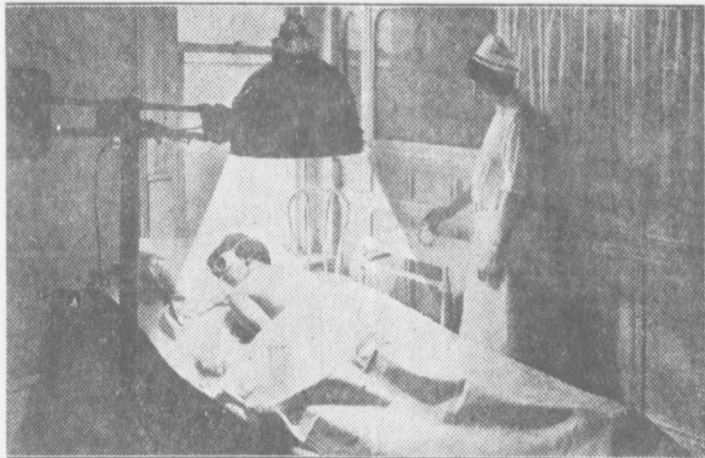
Dr. Pierce's Medicines are safe to take

(Continued from page 21)

ticularly susceptible. Through the effects of these rays on the ovarian and uterine structures the tumor soon begins to shrink, and in a few months there is a marked reduction in size or maybe a complete disappearance of the growth. During this time there is

Radiant Light

It now is well known that sunlight is destructive of all forms of bacterial life. It is Nature's general bactericide. When using Radiant Light, we are using nearly all of the sun's rays except infra-red and ultra-violet, both



THE DEEP THERAPY LAMP Used in Radiant Light Treatment
at Dr. Pierce's Invalids Hotel.

usually a great improvement in the patient's health in general, as the more severe symptoms are relieved and their weakening effects on the system removed.

For terms and further information on this subject, address your letter, Doctor Pierce's Clinic at Invalids Hotel, Buffalo, N.Y.

of which refer to their position in the spectrum and not to color.

Radiant Light has a decided tonic effect, creating a sense of well-being and stimulating nutrition through its action on the sympathetic nervous system. An inactive skin is made intensely active by Radiant Light.

*If you feel the need of medical advice, write Dr. Pierce,
President of the Invalids Hotel in Buffalo, N.Y.*

*There is no charge for consultation
by letter.*

Good health is your most valuable asset

CLEANING RECIPES

Continued from page (22)

To Clean Mirrors, wash thoroughly with lukewarm water and soapsuds, and when dry polish with chamois leather, on which a little finely powdered chalk has been sprinkled.

The Bread Pan should be washed out weekly, dried, and thoroughly aired by keeping the lid a little way open. Thus the bread will never get a nasty musty taste, and to keep it from becoming too dry place a well-washed potato in the pan. Moisture is given off by the potato, but not enough to cause mildew.

Save Old Kid Gloves for ironing day. Sew a pad made from the left glove on to the palm of the right one, and you will find your hand is saved from becoming blistered, while the fingers and the back of the hand will be protected from the scorching heat which is so damaging to the skin.

Frequent Dusting saves sweeping. A room that is dusted often and thoroughly will not require such constant sweeping as one that is dusted carelessly and seldom.

A Dirty Oven is often the cause of a disagreeable odor in the house. The odor may be hard to trace, but try scrubbing out the oven with plenty of soda-water and a brush and the probability is the smell will disappear.

To Renovate Carpets.—Sponge them with a solution of one part of ox-gall to two parts of water; do not make the carpet very wet. Dry thoroughly with clean dusters.

To Wash Woolen Clothes.—These should be washed in very hot suds and not rinsed. Lukewarm water will shrink them.

Stained Enamelled Saucepans should be rubbed with coarse sand and lemon pulp, and not cleaned with boiling soda water. After squeezing lemons, save the pulp for this purpose.

Wooden Spoons and pastry boards will repay a good scrubbing with sand in preference to soap.

So Nervous, Got Very Little Sleep or Rest --- Tired and Worn Out When Morning Came



Evans Studio

Mrs. Alice Saunders

London, Ont.—“I was in a general rundown state of health, and so very nervous that I got very little sleep or rest at night, would be just as tired and worn out when morning came as when I retired at night. I was so weak that I could scarcely stand on my feet, but Dr. Pierce's Favorite Prescription soon made a great change in my condition, quieted my nerves so I could sleep, I regained my strength and was in fine physical condition after taking the 'Prescription.'”—Mrs. Alice Saunders, 136 Grey St.

Sold by all dealers. Fluid or tablet form.

Send 10 cents to Dr. Pierce's Laboratory in Bridgeburg, Ont., for a trial package of the tablets.

Write to Dr. Pierce's Clinic in Buffalo, N. Y., for free medical advice.

In t
ment
colds
cases
succes
thods
gical



This illus

relieved.
the lates
centrated
played a
recent Cl
ment, wh

Urolo

Scarcely
demands i
the treat
urinary
facts, we h

It costs you nothing to consult Dr. Pierce by letter—why not write?

Kromayer Lamp

In the Nose, Throat and Ear Department of the Invalids Hotel, ordinary colds as well as unusual and severe cases of catarrh, acute and chronic, are successfully treated by modern methods and all conditions requiring surgical correction, painlessly and safely



This illustration shows the Kromayer Lamp
—left of picture

relieved. The new Kromayer Lamp, the latest form of application of concentrated Quartz Light Therapy, is employed as well as the comparatively recent Chlorine Gas method of treatment, where indicated.

Urology or Diseases of the Kidneys

Scarcely any branch of medical work demands more skill and experience than the treatment of the diseases of the urinary organs. Recognizing these facts, we have associated with us physi-

cians who have devoted years to the consideration of every phase of the various diseases of the urinary organs, and who, by their expertness as diagnosticians and skilfulness as practitioners, have been enabled to perfect methods of treatment which give results to their patients. We have also established a laboratory upon which we originally spared no expense in furnishing with the latest and best instruments of precision in chemical and microscopical research, and for which we now neglect no opportunity to obtain every new apparatus that may prove of value in widening its scope. In fact, it is thoroughly modern in its equipment and equal to meeting any requirements the latest discoveries in analytical work of this nature may demand.

A special question blank designed to aid kidney sufferers in describing their symptoms will be forwarded to you on request.

Urine Tested.—The Doctor Pierce Clinic of Urology will make a thorough and complete analysis of the urine for the sum of two dollars. This includes a most careful and scientific chemical and microscopical examination, also a bacteriological stain of the sediment, if indicated, and a complete type-written report of the analysis, with a letter of explanation, will be sent you by return mail. We will furnish a mailing case for sending sample, with bottle and preservative, and send same by mail for *twenty cents*.

This is a service of which a great many people are taking advantage today. It helps to keep "tabs" on your general health, and may prolong life. Many of our patients have an analysis made regularly, every three months.

When sending sample for analysis, write us under separate cover, giving a statement and history of your case. Ask any medical questions you wish answered. Address:

DR. PIERCE'S CLINIC
665 MAIN ST. - BUFFALO, N. Y.

First Aid to the Injured

Apoplexy.—Apply wet cloths to the head and open the collar. Call a physician at once.

Bites of Snakes, Mad Dogs, etc.—Apply a ligature (a cord) on the side nearest the heart; suck the wound, scratch the edges with a clean penknife, keep clean and call a doctor at once.

Stings of Insects.—Apply weak ammonia, oil, salt water, iodine.

Burns and Scalds.—Cover with cooking soda and lay wet cloths over the injured part. Apply white of egg and olive oil; olive or linseed oil, plain or mixed with chalk and whiting; sweet or olive oil and lime water.

Fainting.—Place flat on back; allow fresh air, and sprinkle with water. Place head lower than rest of body.

Fire from Kerosene.—Don't use water, it will spread the flames. Dirt, sand or flour is the best extinguisher, or smother with woolen rug, tablecloth or carpet.

Fire in a Building.—Crawl on the floor. The clearest air is the lowest in the room. Cover head with woolen wrap, wet if possible. Cut holes for the eyes. Don't get excited.

Fire in One's Clothing.—Don't run; especially not downstairs or out of doors. Roll on carpets, or wrap in woolen rug or blanket. Keep the head down, so as not to inhale flame.

Fits.—Loosen the clothing about the neck, admit plenty of fresh air, and prevent the patient from injuring himself. Place a cork between the jaws to prevent patient from biting his tongue.

Sprains and Strains.—There is nothing better than Dr. Pierce's Ammonio-Camphorated Liniment. It penetrates to the strained muscles and tendons so that the pain and inflammation subside.

Sunstroke.—Loosen clothes at neck; administer a laxative; apply cold water to the head.

OH! MY! SUCH PAIN!

Right across the Small of the Back
or Over the Kidneys!



It takes you right in the back! Sometimes in the arm, hip or foot. It's all due to an over-abundance of that poison called uric acid. The kidneys are not able to get rid of it. Grip, colds, and chills are mighty hard on the kidneys. The blood is filled with poison and the kidneys break down. Such conditions you can readily overcome, and might prolong life by taking the advice of Dr. Pierce, which is, keep the kidneys in good order. Avoid too much meat, alcohol or tea. Drink plenty of pure water, preferably hot water, before meals, and drive the uric acid out of the system by taking "Anuric." This can be obtained at any drug store, in tablet form.

Ask for Anuric put up by Dr. Pierce. Folks everywhere endorse it.

Send 10 cents to Dr. Pierce's Laboratory at Bridgeburg, Ont., for trial package of Anuric.

Medicines sent by mail if not obtainable at drug store

T
ta
Vi
Al
Ul
arc
ac

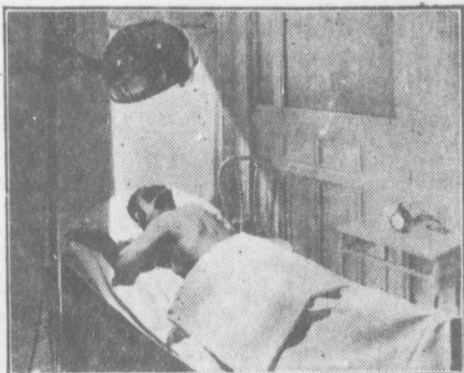
qua
vari
as t
is u
usec
neu

665
obst
Sun
perc

you

THE ALPINE SUN LAMP

THE Alpine Sun Lamp is so named because it produces effects similar to those obtained from the sun's rays in the Alps Mountains of Switzerland. Scientists have proved that it is the Ultra-Violet Rays in sunlight which produce the beneficial effects. The Alpine Quartz Lamp generates a light which is very rich in the real Ultra-Violet Rays. They are more powerful than sunlight. They are used in all run-down, weakened or anæmic cases, and in these they act as a general tonic. The Ultra-Violet Rays greatly improve the



The Alpine Quartz Lamp in use at the Invalids Hotel

quality of the blood which in turn carries more nourishment to the various parts of the body. In nervous disorders they are very beneficial as they increase the calcium in the body. (This is a chemical which is usually deficient in nervous troubles.) The Alpine Lamp is also used with excellent results in many local conditions such as neuralgia, neuritis, sciatica and many skin diseases.

The Solarium, or new Sun Room, at Dr. Pierce's Sanitarium, 665 Main St., Buffalo, is located on the roof where the sunlight is not obstructed by other buildings. The Vita glass in the windows of this Sun Room is a specially prepared one which permits a very large percentage of the Ultra-Violet Rays to pass.

For terms and other information concerning treatment, address your letter:—

DR. PIERCE'S CLINIC

Invalids Hotel - - Buffalo, N.Y.

The Invalids Hotel is a Modern Sanitarium

Antidotes for Poisons

First.—Send for a physician.
Second.—Induce vomiting by tickling throat with feather or finger; drinking hot water or strong mustard and water; swallow sweet oil or whites of eggs. Acids are antidotes for alkalies and vice versa.

For Poisoning from Arsenic, Corrosive Sublimate, Verdigris, Blue Vitriol, and Vegetables kept in Copper Kettles.—Give an emetic and the white of an egg, sweet-oil and milk.

Carbolic Acid.—There is no special antidote, except alcohol. Oil, glycerine, milk, flour and water, whites of eggs, magnesia, and flax-seed tea may be used.

Iodine.—Starch, wheat flour mixed with water, whites of eggs, milk, and mucilaginous drinks are excellent antidotes.

Lead and its Compounds.—In lead, or painters' colic, purgatives and anodynes may be given, together with large doses of iodide of potassium. Give a strong cathartic, as there is always marked constipation.

Poison Ivy or Oak.—There are several generally effective remedies for poison ivy or oak. One is to apply hot water and alcohol to the poisoned surface. Another is peroxide of hydrogen. The third is to apply a solution of sugar of lead, about 40 grains to a pound of water. Two other remedies that are more or less effective are baking soda and dry starch.

Toadstool Poisoning.—Give emetics promptly, then castor oil and stimulants. Apply heat.

Emetics are substances which cause vomiting and should be speedily administered in cases of internal poisoning. A teaspoonful of salt, warm water and mustard; an ounce of wine of ipecac—any of these will be found efficacious.

Over-taxed My Strength, Became All Run Down, Weak, Nervous, Could Not Sleep



Photo by Buckley

Mrs. Fanny Burberry

Niagara Falls, Ont.—“I over-taxed my strength which caused me to become all rundown in health, I was weak and nervous, could not sleep—was all tired out and too weak to do anything. I took Dr. Pierce's Favorite Prescription and it soon had me feeling fine, my nerves quieted down, I could sleep and my strength came back. As a general tonic for women there is nothing better.”—Mrs. Fanny Burberry, 693 Morrison St.

All druggists. Liquid or tablet form.

Stiff Muscles

A hot bath followed by a brisk rubbing with Dr. Pierce's Ammonio-Camphorated Liniment will greatly relieve stiff muscles, but it will take time for stiffness to entirely disappear. (See page 32.)

If you need a tonic get the best

STATEMENT OF CASE FOR FREE CONSULTATION

Remove this blank from the book and mail it to the World's Dispensary Medical Association, Buffalo, N.Y., Dr. V. M. Pierce, President.

Name?.....

Occupation?..... Post-Office?.....

Box or }
Street No.? }..... Prov.?.....

Express Office?..... County?.....

Prov.?..... Age?..... Sex?.....

Weight?..... Are you married?..... Sleep well?.....

How many hours?..... Awake refreshed?.....

Night sweats?..... Any headache?.....

What kind?..... When?.....

What part of the head?..... Does reading cause or increase

headache?..... Appetite good?..... Tongue coated?.....

Digestion good?..... Sour risings?..... Any distress or pain?.....

Where?..... When?..... Sharp or dull?.....

How often do your bowels move?.....

Any piles?..... If so, are they external, internal, blind, bleeding

or itching?..... Have you anal fistula?.....

Have you any swellings or tumors?..... if so, where are they

located and how long have you had them?..... Have you had

rheumatism?..... Were the joints affected?..... Have you ever had

convulsions (fits) or spasmodic affections of any kind?.....

Don't Neglect Your Health

Have you any eruptions, blotches, pimples, or sores, upon your skin?.....

Eyes and skin yellow?..... Pale?.....

Palpitation of the heart?..... When?..... Feet and hands cold?..... Dizzy spells?..... Any catarrh?.....

If so, what is the character of discharge?..... Any cough?.....

Any expectoration?..... What kind?.....

Breathing difficult?..... Take cold easily?..... Ever have attacks of bleeding from lungs?..... Fever or chills?..... When?.....

Sight good?..... Hearing?..... Kidneys act well?.....

Any bloating?..... Where?..... Back weak?.....

Describe color and appearance of urine on voiding.....

After standing 12 hours in tight bottle..... Any obstruction to flow?..... Any scalding?..... Memory poor?.....

Nervous?..... Low spirits?..... Use tobacco?.....

Stimulants?..... Quantity?..... Eat rich food?.....

How soon after supper do you retire?..... Labor hard, mentally or physically?.....

What is your greatest trouble?.....

If necessary, could you come to the Invalids Hotel for personal examination?.....

GENERAL REMARKS:

.....

.....

.....

.....

If, for want of sufficient space, full answers to questions have not been given, please describe your symptoms in your own words on a separate piece of paper, using pen and ink.

It costs you nothing to consult Dr. Pierce by letter—why not write?

T

T
hea
the
Me
ren
ricl

imp
blo
kid
DI
pot
mil

hav
and
Dr.
ston
ditic

lent
land

The Joy of Living



Comes to YOU
if You Have Rich, Red Blood

THE stomach is the center of the body from which radiates our vitality, strenuousness, our fighting strength. A healthy stomach turns the food we eat into nourishment for the blood stream and the nerves. Dr. Pierce's Golden Medical Discovery refreshes and tones up the stomach walls, removes the poisonous gases from the system, makes the blood richer.

The first day you start to take this reliable medicine, impure germs and accumulations begin to separate in the blood and are then expelled through the liver, bowels and kidneys. Get **DR. PIERCE'S GOLDEN MEDICAL DISCOVERY** to-day from any medicine dealer; it is a powerful blood enricher and tonic. Tho' over 60 years old, a million bottles are sold every year.

London, Ont.—“I can speak very highly of Dr. Pierce's medicines—have found them excellent. I was run down, my stomach was weak and out of order, most of the time I suffered from indigestion. I took Dr. Pierce's Golden Medical Discovery and it relieved me of the weak stomach and indigestion, I grew strong and was in good physical condition.

“I have also taken Dr. Pierce's Anuric Tablets and find them excellent to tone up and regulate the kidneys.”—A. J. McGinnis, 274 Maitland St.

Good health is your most valuable asset

Dr. Pierce's Family Medicines

If the following remedies cannot be obtained from your nearest dealer in medicines—they will be sent by mail direct from the Laboratory of the World's Dispensary, Bridgeburg, Ont., on receipt of price.

DR. PIERCE'S GOLDEN MEDICAL DISCOVERY is an alterative and vegetable tonic. Contains no alcohol. Tablets, small size, 65 cents; large size, \$1.35. Liquid, \$1.35.

DR. PIERCE'S FAVORITE PRESCRIPTION is an herbal tonic. Contains no alcohol, or any harmful ingredient. Tablets, small size, 65 cents; large size, \$1.35. Liquid, \$1.35.

DR. PIERCE'S ANURIC TABLETS. A new stimulant diuretic to the kidneys. Price, 65 cents; large size, \$1.35.

DR. PIERCE'S IRONTIC (compound iron tonic) TABLETS make Redder Blood.

If we lack iron in the blood we are pale, anæmic. This Irontic is a combination of soluble iron and herbal extracts. Price, 65 cents.

DR. PIERCE'S PLEASANT PELLETS for Stomach and Bowels.

Price, 30 cents per vial (60 Pellets).

DR. PIERCE'S COUGH SYRUP for Coughs and Hoarseness due to Colds. Price, 35 cents.

DR. SAGE'S NASAL CATARRH REMEDY. Price, 65 cents. (That sold by druggists is in bottles, that sent by mail is wrapped with tin foil.)

DR. SAGE'S NASAL CATARRH REMEDY TABLETS for Use in Connection with Doctor Pierce's Nasal Irrigator. Price, 65 cents per bottle. Sent by mail with free glass irrigator.

DR. PIERCE'S NASAL IRRIGATOR (glass). Price, 45 cents, by mail.

DR. PIERCE'S NASAL DOUCHE. Price, 65 cents, by mail.

DR. PIERCE'S SALVE is a soothing dressing for superficial wounds, cuts and scratches. Price, 65 cents.

DR. PIERCE'S OINTMENT is for use in cases of Piles, or Hemorrhoids, internal or external, blind or protruding, and will benefit cases amenable to medical treatment. Price, 65 cents per box, by mail.

DR. PIERCE'S LOTION TABLETS crushed and dissolved in hot water, make an agreeable lotion or wash, for use by women. Price, 35 cents.

DR. PIERCE'S HEALING SUPPOSITORIES. Price, 35 cents.

DR. PIERCE'S MEDICATED TAMPONS can be easily applied by the patient herself. Price, \$1.35 per box.

DR. PIERCE'S COMPOUND EXTRACT of SMART-WEED may be taken internally in cases of summer diarrhœa, colicky pains, intestinal cramps and acute attacks of indigestion. Price, small bottle, 35 cents; large size, 65 cents.

DR. PIERCE'S AMMONIO-CAMPHORATED LINIMENT, for superficial aches, a counter-irritant, helpful in cases of sprains, bruises and stiff muscles. Price, 65 cents per bottle, by mail.

DR. PIERCE'S (MENTHA) SOOTHALINE is especially recommended for sunburn, chilblains, tired, burning, aching feet, chapped skin. Applied after shaving "(Mentha) Soothaline" is very cooling and healing. Price, 65 cents.

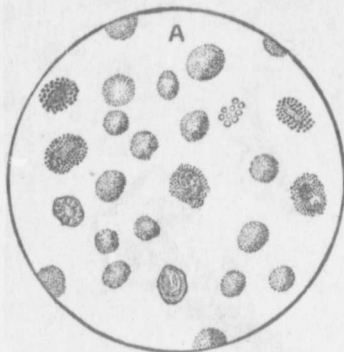
Good health keeps you young

I
gr
fr
If
sub
im
net
and
the
1
ton
1
A

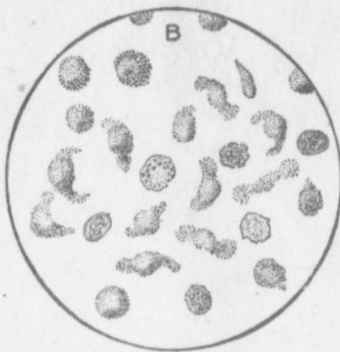
3
2
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

THE BLOOD

B82



NORMAL BLOOD



IN ANÆMIA

IRON is one of the most important elements found in the various tissues and secretions of the human body. When it is not present in sufficient quantity, trouble invariably develops. Instead of the blood cells being round, as in diagram "A," they become irregular, as in "B." To supply this deficiency, Dr. Pierce's Ironic Tablets have been prepared.

Almost one-half of one per cent of the red corpuscles of the blood consist of iron. If the proportion falls well below that, anemia with its train of attendant evils, such as pallor, haggard features, sunken eyes, loss of weight, falling appetite, impoverishment of the blood, low blood pressure, headache, dizzy spells, nervousness and nervous exhaustion with loss of sleep and general debility and skin troubles are common. In addition, the resistance to infectious diseases is lowered and one is more apt to become their victim. This lack of resistance is frequently the reason that colds often develop into serious pulmonary affections.

You can put your blood in good condition by taking Dr. Pierce's Ironic (iron-tonic) Tablets.

For a limited time, you can procure a package for 30 cents, with coupon.

Address, World's Dispensary Medical Association, Bridgeburg, Ont.

35¢ THIRTY-FIVE CENTS THIRTY-FIVE CENTS THIRTY-FIVE CENTS

This Check will be taken for


THIRTY-FIVE CENTS

If presented to the

WORLD'S DISPENSARY MEDICAL ASSOCIATION

EITHER IN PERSON OR BY LETTER, IN ACCORDANCE WITH THE CONDITIONS NAMED ON OTHER SIDE.

THIRTY-FIVE CENTS THIRTY-FIVE CENTS THIRTY-FIVE CENTS



DR. PIERCE'S IRONTIC TABLETS



IN taking iron, a choice should be made of a preparation which contains it in an easily absorbed form and combined with remedies which help the stomach do its work satisfactorily and the bowels to act properly. These are all found in Dr. Pierce's Ironic Tablets. This splendid iron tonic is the result of years of experience in restoring health, strength and vigor to men and women of all ages and to boys and girls budding into manhood and womanhood. As a tonic in convalescing from slight or serious illness, "Ironic" is unexcelled. If you wish to give it a trial, we will send you, for a limited time, a full size (65-cent) package for three dimes with this coupon. Address:

World's Dispensary Medical Association, Bridgeburg, Ont.

Enclosed find Coupon and Thirty Cents, or Money Order, for which send prepaid, by mail, to the address in blank below, a full size package of Ironic Tablets.

NAME

P. O.
(Street and No. if in city)

County Province

Positively, this coupon must accompany order!

35¢ **SAVED** THIRTY-FIVE CENTS **SAVED** 35¢

THIRTY-FIVE CENTS

SAVED BY USING THIS CHECK

The Undersigned Association hereby agrees to receive this Check, if returned to them with 30 cents in cash, or in postal note, or postal order, in payment for

DR. PIERCE'S IRONTIC TABLETS

The regular price of which is Sixty-five cents
WORLD'S DISPENSARY MEDICAL ASSOCIATION

J. M. Pierce, M.D.
PRESIDENT.

35¢ **SAVED** THIRTY-FIVE CENTS **SAVED** 35¢

Have
to ar
Seve

It is
Acute
which
and g
of all
safely
direct
acide
Scald
Hemo
ing, l
Insect
This
the y
single
for tl
Wome
family
ters, l
sense
such
leave
The
and N
everyo
many
The



SELLS AT ACTUAL COST

FOR A LIMITED TIME ONLY

The People's Common Sense Medical Adviser

In Plain English; or Medicine Simplified, by R. V. PIERCE, M.D.

NEWLY REVISED AND COMPLETE EDITION!

MORE THAN 3,200,000 COPIES

Have been sold. The first great edition or nearly 700,000 was sold at \$1.50 per copy; but to any one filling out order blank on the other side, and mailing it to us with Coupon and Seventy-Five Cents or Postal Note, to cover cost of paper, printing and mailing, we will send at cost—if you write at once—

This complete and valuable book, bound in Substantial French Cloth,

Contains 1,008 Pages and a Great Many Illustrations, Some of Them in Colors.

It is doubtful if any other book published in the English language has had so large a sale.

It contains more than 200 Prescriptions for Acute and Chronic Diseases, every one of which has been tested in hundreds of cases, and gives explicit directions for self-treatment of all diseases that can be successfully and safely managed in that way. It gives careful directions how to manage in all cases of accidents and emergencies, such as Drowning, Scalds and Burns, Fainting, Dangerous Hemorrhage (bleeding) from Wounds, Poisoning, Bites and Stings of Venomous Snakes, Insects, etc.

This popular work contains information for the young and old, both male and female single and married, not heretofore published for the non-professional reader. Men and Women are many times tempted to ask their family physicians questions on delicate matters, but are deterred from so doing by their sense of modesty. This work answers just such questions so fully and plainly as to leave no one in doubt.

The chapters on First Aid to the Injured and Nursing the Sick, subjects on which everyone should be informed, are alone worth many times the price of the book.

The chapter on Mother and Babe contains

Address Book Department, World's Dispensary Medical Assn., Bridgeburg, Ont.

invaluable advice to the mother and plain directions as to the care of the child, weaning, etc.

The subject of Marriage, in its relation to the Welfare of Society, the Perpetuation of the Species and Incompatibility of Temperaments, is thoroughly discussed.

The subjects of Impediments to Marriage, Hygiene, and the diseases that arise from improper living, should be read by all. It is a false modesty, productive of untold misery, that keeps such important information from the young.

As a book of ready reference, and for those not within easy reach of professional aid at critical times, and in cases of emergency or dangerous accidents, it is invaluable. Many long hours of mental anxiety and bodily suffering have been saved by this work. This book saves doctors' bills. It is thoroughly practical, and intended for every day use.

This Edition of the "Common Sense Medical Adviser" is precisely the same as that heretofore sold at \$1.50. It is bound in French cloth, with embossed and beautifully stamped covers. Send immediately if you want one.

25c

QUARTER DOLLAR

QUARTER DOLLAR

This check will be taken for

ONE

QUARTER DOLLAR

If presented to the

WORLD'S DISPENSARY MEDICAL ASSOCIATION

BRIDGEBURG, ONTARIO

EITHER IN PERSON OR BY LETTER, IN ACCORDANCE WITH THE CONDI-

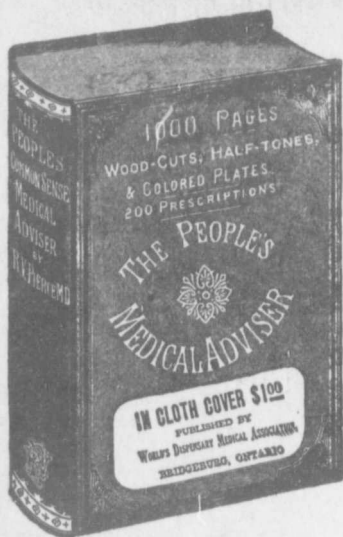
TIONS NAMED ON OTHER SIDE.

QUARTER DOLLAR

QUARTER DOLLAR

QUARTER DOLLAR

Over 1000 pages of Useful Information—Size 5" x 7 1/4"



THERE would be less sickness in Canada if every home library contained a copy of Dr. Pierce's great work, "The People's Common Sense Medical Adviser." It is exactly what its name implies. It is the people's text-book of medicine, and was prepared by a regular, practicing physician, eminent in his profession, and for many years the head of one of the greatest medical and surgical institutes in the world—The Invalids' Hotel and Surgical Institute, at Buffalo, N.Y. It is full of simple, inexpensive, common sense remedies for the cure of common ailments that arise in every family. By following its advice, many illnesses are nipped in the bud, which might otherwise become serious and dangerous. It is a veritable medical library, complete in one great volume. It contains 1,008 pages, and is profusely illustrated.

Book Department:

World's Dispensary Medical Assn.

BRIDGEBURG, ONTARIO

Enclosed Find Coupon and Seventy-Five Cents, or Money Order, for which send prepaid by mail or express to the following address, in blank below, THE PEOPLE'S COMMON SENSE MEDICAL ADVISER, Complete Edition, bound in Cloth Covers as advertised.

NAME _____

P. O. _____

(Street and No. if in city)

County _____ Province _____

25¢ **SAVED** QUARTER DOLLAR **SAVED** 25¢

ONE QUARTER DOLLAR

SAVED BY USING THIS CHECK

The Undersigned Association hereby agrees to receive this Check, if returned to them with 75 cents in cash, or in postal note, or postal order in FULL PAYMENT for

THE PEOPLE'S COMMON SENSE MEDICAL ADVISER

The Regular Price of Which is One Dollar

WORLD'S DISPENSARY MEDICAL ASSOCIATION.


SAVED 25¢

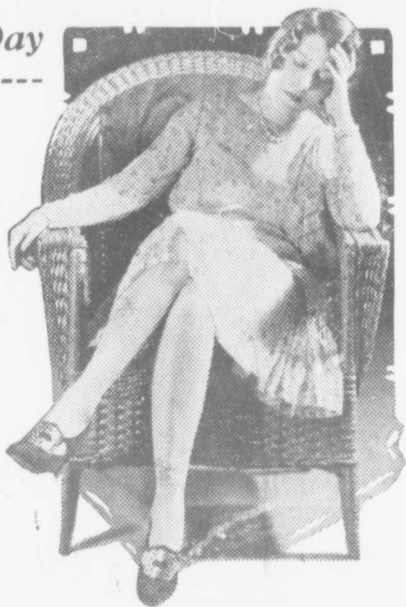
25¢ **SAVED**

It
pa
So
W

Tired-Out, Worn-Out

*Before the Day
is Half Over ---*

**That's the
Condition
of Many
Women**



If you are nervous,
weak, pain-racked,
and have almost
lost all hope of ever
enjoying that health
and strength that
should be yours, try

Dr. Pierce's
FAVORITE
Prescription

For overworked housewives and business women it is a blessing.
It often induces calm, refreshing sleep, and eventually banishes
painful seizures.

Sold by All Druggists - Liquid or Tablets

Write the Faculty, Dr. Pierce's Invalids Hotel in Buffalo, N.Y.,
if you desire free medical advice.

X 1911

Canada
ned a
"The
riser."

It is
s, and
sticing
s, and
of the
tes in
Surgi-
s full
sense
ments
owing
ed in
some
itable
great
nd is

L

prepaid
MMON
L

25c

QUARTER DOLLAR

Business and Professional Women



TO-DAY, women are appearing in many phases of life previously closed to them and the necessity for perfect health becomes more and more marked. The pains and general misery which many young women experience may, in almost every instance, be entirely prevented or overcome, by the use of Dr. Pierce's Favorite Prescription. It tones the general health. Usually headache, backache, nervousness and other consequences of womanly weakness disappear.

DR. PIERCE'S

Favorite Prescription

AT YOUR DRUG STORE IN LIQUID OR TABLETS

617.6
827 t

Traité d'Hygiène Dentaire

et de

PROPHYLAXIE ORALE

par le

DR. ALCIDE L. LAROSE

Docteur et licencié en Chirurgie-Dentaire, Bachelier en Médecine
Professeur d'Hygiène Dentaire à l'école de Chirurgie Dentaire
de l'Université Laval.

Membre du Bureau des Gouverneurs des Chirurgiens-Dentistes
de la Province de Québec.

Président de la Société d'Odontologie de Montréal.

Secrétaire de la Commission d'Hygiène Dentaire pour la
Province de Québec,

Avec 15 Figures intercalées dans le texte.

MONTREAL

1916

J. A. CARON & FILS, IMPRIMEURS.

1798

617.6
SL327t



HYGIENE DENTAIRE

ET

PROPHYLAXIE

DE LA BOUCHE ET DES DENTS

17982

TABLE DES MATIERES

— INTRODUCTION	1
I. — HYGIENE DE LA BOUCHE ET DES DENTS	5
Le polymicrobisme buccal et la défense de l'organisme ..	5
Application de ces notions à l'hygiène de la bouche et des dents	7
II. — HYGIENE INDIVIDUELLE	8
Quand faut-il nettoyer sa bouche	8
Emploi de la brosse à dents	9
Asepsie de la brosse à dents	11
Moyens accessoires du nettoyage mécanique	11
Erosions dentaires et brossage des dents	13
III. — DENTIFRICES	14
Généralités sur les dentifrices	14
Qualités d'un bon dentifrice	16
Préparation des dentifrices	17
IV. — SOINS D'HYGIENE DONNES PAR LE STOMATOLOGISTE	23
Le tartre	23
Examen et mise en état de la bouche	25
Prophylaxie de la carie dentaire, reminéralisation du système osseux	26
Hygiène bucco dentaire chez l'enfant	28
V. — PROPHYLAXIE ORALE	30
Habilité requise	31
Quand est-il opportun de nettoyer les dents de nos patients ..	31
Solution dévoilatrice	32
Ingrédients employés pour le nettoyage des dents	33
VI. — SOINS USUELS	33
VII. — HYGIENE BUCCALE CHEZ LES ENFANTS	36
La dent de six ans	40
VIII. — DE LA MASTICATION	41
IX. — DES CONFERENCES POPULAIRES SUR LES DENTS	43
Les dents et leurs soins	43
Synopsis par le Dr. Stevenson :	
Pour les mamans	53
Pour les enfants	54
Pour garde-malades et médecins	55
Pour jeunes enfants	56
Pour le public	57
Pour des cadets	58
Conférence par le Dr. A. R. Albray	59
Conférence par le Dr. A. L. LaRose	60
X. — FAITS DIVERS	77
XI. — INSPECTION DENTAIRE ET CLINIQUES SCOLAIRES	78
Dans l'armée	79
XII. — HYGIENE PERSONNELLE	80
XIII. — EDUCATION PUBLIQUE	81

De

M.

1
5
5

Traité d'Hygiène Dentaire

7
8
8
9

et de

11
11
13

PROPHYLAXIE ORALE

14
14
16
7

par le

3
3
5

DR. ALCIDE L. LAROSE

Docteur et licencié en Chirurgie-Dentaire, Bachelier en Médecine
Professeur d'Hygiène Dentaire à l'école de Chirurgie Dentaire
de l'Université Laval,

3
8

Membre du Bureau des Gouverneurs des Chirurgiens-Dentistes
de la Province de Québec.

Président de la Société d'Odontologie de Montréal,

Secrétaire de la Commission d'Hygiène Dentaire pour la
Province de Québec,

Avec 15 Figures intercalées dans le texte.

MONTREAL

1916

J. A. CARON & FILS, IMPRIMEURS.

BIBLIOGRAPHIE

- | | |
|------------------------|------------------|
| O. TAVEAU. | BESSON. |
| GAILLARD et NOGUÉ. | C.-N. JOHNSON. |
| ROBERT MORCHE. | P. FERRIER. |
| M. GUIBAUD. | J. M. CHATEAU. |
| MILLER. | M. LETULLE. |
| PREISWERK. | BRISSEMORET. |
| G. MILIAN. | J. RÉDIER. |
| CRUET. | HUTINEL. |
| L. GOURC. | L. OMBRÉDANNE. |
| L. FREY et G. LEMERLE. | A. MOLLER. |
| J. et E. ARNOULD. | CAILLON. |
| L. FREY et de NÈVREZÉ. | A. BRAMSEN. |
| HUGENSCHMIDT. | ROBIN ADAIR. |
| CARLE et PONT. | A. H. STEVENSON. |
| LUCAS CHAMPIONNIÈRE. | R. A. AIBRAY. |
| DALLOZ. | T. D. HYATT. |
| R. CERBELAUD. | GEO. EDWIN HUNT. |
| J. PIESSE. | A. C. FONES. |
| GUIBAUD et NOGUÉ. | |

RK
60.7
L37
1916

I
sant
de n
nom
or,
la b
S
sapi
de c
tère
la di
notr
desc
les 1
T
goût
occu
orga
ner
rien
tion
L
qui
et le
veric
che.
l'obj

HYGIENE DENTAIRE

— ET —

PROPHYLAXIE ORALE

INTRODUCTION

Il est dans l'HYGIENE, ou *la science qui traite de la conservation de la santé*, une vérité première et fondamentale ; c'est que les soins que réclament de nous les différentes parties de notre corps doivent être proportionnés au nombre et à l'importance des fonctions confiées aux organes qui les composent : or, il en est peu, sous ce rapport, qui méritent une attention plus soutenue que la bouche.

Siège du goût, c'est elle qui nous fait acquérir la connaissance des qualités sapides des corps, et nous offre ainsi pour notre conservation par l'entremise de ce sens précieux, des avis qui se renouvellent à chaque instant sous le caractère séduisant du plaisir. Auxiliaire indispensable de l'estomac dans l'acte de la digestion, c'est elle qui fait subir aux substances étrangères dont nous faisons notre nourriture habituelle, le premier de ces changements successifs, en vertu desquels elles deviennent pour chaque organe les éléments de sa nutrition et les matériaux de son accroissement.

Telle est l'importance de la bouche, seulement sous ce double rapport du goût et de la digestion, que tous les médecins, anciens et modernes, qui se sont occupés soit de rechercher les rapports qui existent entre la structure des êtres organisés et les phénomènes dont sont chargés leurs organes, soit de déterminer les conditions sur lesquelles repose chez eux la conservation de la vie, n'ont rien négligé de ce qui pouvait conduire à la connaissance intime de sa composition.

Les poètes eux-mêmes, dont le génie s'enflamma toujours à l'idée de tout ce qui peut contribuer au bien-être de l'homme, ont chanté les douceurs du goût et les avantages de la mastication ; et si nous consultations l'histoire, nous trouverions que plusieurs peuples ont attaché tant de prix aux fonctions de la bouche, qu'ils ont fait, des précautions desquelles dépend son état de santé, tantôt l'objet de soins légalement obligatoires, tantôt le sujet de préceptes religieux.

Mais, quelque nécessaire que soit l'intégrité de la bouche pour l'entretien de la vie et la conservation de la santé, tout ce qu'on a pu faire ou dire à son égard semblerait peut-être exagéré, si cette partie ne procurait encore à l'homme quelque chose de plus que des avantages purement matériels, ou, pour mieux dire, si elle ne contribuait de la manière la plus directe à multiplier les jouissances de son être moral en agrandissant la sphère de sa vie de relation.

La bouche n'est elle pas en effet le centre et la partie la plus remarquable de la physionomie, ce miroir si rarement trompeur sur lequel viennent se peindre tous les sentiments qui peuvent agiter le cœur humain, ce transparent vivant de l'âme qui tout à coup nous séduit ou inspire de l'aversion.

Faisant de la bouche l'objet d'un culte non moins cruel que ridicule, quelques peuples ont pu, dans cette dépravation du goût qui accompagne l'ignorance et la barbarie, faire subir aux lèvres et aux dents d'horribles mutilations, et outrager ainsi la nature en voulant l'orner. Mais s'il est une vérité qui se s'est jamais démentie, c'est que tous les peuples civilisés, toutes les nations chez lesquelles la culture des beaux arts a produit une connaissance intime de l'harmonie qui doit régner dans les formes humaines, et qui amène par suite ce sentiment exquis et délicat du beau, n'ont pas plus varié sur la part que prend une bouche saine et régulière dans la beauté et l'agrément de la physionomie, que sur le genre de soins dont les différentes parties qui la composent sont susceptibles.

A Athènes comme à Rome et à Paris comme à Athènes, des dents sales, rongées par la carie ou couvertes de tartre, une haleine fétide, ont été des sujets de dégoût et des motifs d'éloignement ; tandis qu'il y a deux mille ans comme aujourd'hui, et dans deux mille ans comme demain, des lèvres fraîches, une haleine pure, des dents blanches et régulièrement placées, des gencives vermeilles ont été et seront assurément le plus vanté comme le plus piquant des attraits.

Tels sont même l'impression forte et l'ascendant irrésistible que peut exercer sur nous l'aspect que donnent à la physionomie certaines dispositions de la bouche, que nous nous trouvons quelquefois engagés pour la vie dans des nœuds indissolubles par un seul mouvement des lèvres ou par la toute puissance d'un sourire. Et, par un contraste frappant, que de personnes, hommes ou femmes, ne doivent qu'à l'aspect désagréable que donne à la figure une bouche négligée, l'éloignement de celles dont elles désiraient l'alliance ou l'amitié !

Les avantages que l'homme retire, dans ses rapports sociaux, de l'intégrité de la bouche, considérée comme partie essentielle de la physionomie, sont donc incontestables ; eh bien ! ils ne sont rien encore en comparaison de ceux qu'elle lui procure comme organe de l'articulation de la voix, comme instrument de la parole, cette faculté précieuse qui lui fournit les moyens d'exprimer, d'une manière facile, claire et prompte, ses sensations, ses sentiments, ses affections, tout ce qui résulte, en un mot, de l'exercice de ses facultés intellectuelles.

Il n'appartient qu'aux hommes qui, par la nature de leurs fonctions, sont appelés à parler en public, et à convaincre l'esprit de leurs semblables par les charmes entraînants de l'éloquence et les grâces de l'élocution, de sentir tout le prix d'une bouche saine et pure, et les soins, pour ainsi dire religieux, que nous devons apporter à sa conservation.

Take regardons cet avocat qui par les ressources de l'art sublime de la parole, maîtrise l'esprit des juges au point d'enchaîner leur raison ; cet acteur qui, par les seules inflexions de sa voix, rend tellement sensible la pensée qu'il est char-

gé
te
le
bou
ner
sec
con

I
dén
qui
des
mal
més

C
les
et il
piri
les
autr
du

L
imp
ties
le p
tout
vert

M
ges
prin
d'un
s'il
mal
A
des,
l'hyg
pour
la m
d'êtu

Q
pour
tant
ment
exige
trava

A
g'lig
mém
suror

O
quell

gé d'exprimer qu'il nous arrache malgré nous des larmes ou des soupirs; et cette actrice, enfin, dont la voix pure et sonore produit ces sons harmonieux dont le charme entraînant nous subjugué et nous enivre; tous nous diront que la bouche est l'instrument de tant de prestiges, et que, sans les soins qu'ils prennent de conserver leurs dents ou de masquer leurs imperfections par quelque secret de notre art, leur voix ne serait dans bien des cas, qu'un sifflement continu, et souvent même un glapissement obscur.

Le grand nombre et surtout la nature particulière des usages de la bouche, démontrent donc assez clairement toute l'importance de l'étude des maladies qui peuvent affecter les parties qui la composent, et justifient assez l'opinion des médecins qui, de temps immémorial, ont établi la nécessité de faire de ces maladies l'objet d'un art essentiellement distinct des autres branches de la médecine, sinon dans son étude, du moins dans sa pratique.

Cet art, malheureusement, après avoir été connu et cultivé avec succès par les anciens, resta pendant plusieurs siècles plongé dans le plus profond oubli, et il ne sortit de cet oubli que pour être exploité par les mains avides de l'empirisme le plus aveugle et du plus honteux charlatanisme; état affligeant dont les travaux de Fauchard, de Bunon, de Bourdet, de Jourdain et de quelques autres hommes recommandables, ne l'ont enfin arraché qu'avec peine sur la fin du 18^e siècle.

Depuis cette époque, la médecine dentaire, se ressentant de l'heureuse impulsion que l'esprit investigateur de notre siècle a imprimée à toutes les parties de l'art de guérir, et trouvant surtout un puissant motif d'émulation dans le prix que les progrès toujours croissants du luxe nous portent à attacher à tout ce qui peut relever l'éclat de la beauté, s'est enrichie de nouvelles découvertes et a fourni matière à plusieurs ouvrages.

Mais il est juste de le reconnaître, et il faut le dire, la plupart de ces ouvrages ne représentent notre art que comme un art purement mécanique, dont le principal mérite est d'exercer sur les dents quelque opération minutieuse, ou d'appliquer dans la bouche quelques *pièces* artificielles, et qui croirait déroger s'il s'occupait un instant de conserver la bouche intégrée en prévenant ses maladies.

Aussi tous ceux qui, se destinant à cet art, prennent ces ouvrages pour guides, se trouvent naturellement détournés de l'étude de la physiologie et de l'hygiène générales, sans lesquelles le dentiste, quelque adroit qu'il soit, ne sera pourtant jamais qu'un pratiyen borné et servilement assujéti aux opérations de la main, qu'un artisan exercé qui opère machinalement, et dont le défaut sera d'être toujours trop prêt à opérer.

Quoi qu'il en soit, d'ailleurs, du mérite de ces ouvrages, ils ont pu suffire pour l'époque où ils ont paru; mais les progrès tout récents de l'art si important de conserver la santé permettent, aujourd'hui, de remonter plus directement à la source de toutes les maladies des dents, et les besoins de la société exigent en même temps sur chacun des principaux points de cette science un travail aussi précis dans son plan que simple dans son exécution.

Aujourd'hui la bouche est généralement regardée comme l'indice de la négligence, et à cet égard un œil un peu scrutateur juge sévèrement. Telle est même l'opinion commune qu'on a de la malpropreté de la bouche, qu'on se surprend quelquefois à faire aux autres des reproches qu'on mérite soi-même.

On commence aussi à comprendre que, puisque de toutes les douleurs auxquelles les maladies assujétissent l'homme, il n'en est point qui soient plus

insupportables que celles qui résultent de certaines affections des dents, on devient coupable envers soi-même, et blâmable aux yeux de tous, de ne pas chercher de bonne heure à se mettre à l'abri de tant de maux par des soins de propreté ou par les secours d'un art qui, consulté à temps, peut prévenir des accidents fâcheux.

Ce que la crainte de la douleur a commencé, le désir de se conformer à un luxe naturel et bien entendu l'achèvera ; peut-être même ne sommes-nous pas loin du moment où chacun de nous craindra l'application de cette idée forte, mais juste, de Livater : *Celui qui n'a pas soin de ses dents trahit, par cette négligence, des sentiments ignobles.*

Ce sont les femmes principalement, dont la destinée tout entière est de plaire et de charmer ; elles qui n'ont pas dans la vie un seul désir, un seul besoin qui ne se rattache à l'envie de nous séduire et de mériter nos hommages ; ce sont les femmes, dis-je, qui commencent à sentir tout le prix qu'il faut attacher à la conservation de leurs dents. Elles s'aperçoivent plus que jamais qu'une femme est rarement laide avec de jolies dents, tandis qu'il est impossible, même avec les plus jolis traits du monde, d'offrir l'aspect de la beauté, si sa bouche renferme des dents dont la carie se dispute les derniers vestiges ; et elle se reconnaissent enfin qu'il n'est point de parure si brillante qui puisse faire oublier leur perte.

Platon veut qu'on instruisse les femmes, parce qu'elles ont une grande influence sur la constitution physique et morale de l'homme, et par suite sur le sort des nations. Mais quelle science importe-t-il donc alors le plus de leur apprendre que celle de conserver et de bien élever leurs enfants ? Car, j'en appelle ici au témoignage de la plupart des mères, en est-il une seule qui, en voyant le fruit de ses amours traîner une existence douloureuse, n'échangât mille fois l'éclat que peuvent jeter sur elle les arts d'agrément dont l'étude a occupé toute sa jeunesse, contre le bonheur si doux de connaître par quels moyens elle aurait pu préserver son enfant de la douleur ?

C'est donc au philosophe moraliste à déployer toutes les ressources de l'éloquence pour exciter l'enthousiasme maternel ; mais c'est aux dentistes, aux dentistes seuls, chacun en ce qui le concerne plus particulièrement à se charger du soin de diriger convenablement cet enthousiasme.

LE

Bien
de la
relle.
pullu
de vu

On
nenn
affait
Nous
de Be

Raj
compr
la car
tions.
(angli
malad

Il s
dans t
soit pe
objets.
favors
taires.

HYGIENE DE LA BOUCHE ET DES DENTS

1 — PRINCIPES GENERAUX

LE POLYMICROBISME BUCCAL ET LA DEFENSE DE L'ORGANISME.

Bien avant les travaux de Pasteur et de son école, le nettoyage de la bouche faisait partie des soins banals de propreté corporelle. Aujourd'hui la connaissance de la riche flore microbienne qui pullule dans la cavité buccale permet d'envisager la question d'un point de vue plus scientifique.

On sait qu'il existe normalement dans la bouche des bactéries éminemment pathogènes, prêtes à profiter d'une lésion locale ou d'un affaiblissement de la santé générale pour manifester leur virulence. Nous vous renvoyons pour l'étude de ces microorganismes à vos cours de Bactériologie et de Pathologie.

Rappelons seulement que les microbes de la cavité buccale peuvent comprendre, à titre normal ou accidentel, non seulement les germes de la carie ou des infections dentaires, des stomatites ou des diverses affections buccales, mais encore les germes de maladies d'organes voisins (angines, otites, etc.) et, d'une manière générale, ceux de la plupart des maladies infectieuses (pneumonie, tuberculose, etc.)

Il serait illusoire de chercher à produire une aseptie, même relative, dans un milieu où sont constamment introduits, soit par l'air inspiré, soit par les aliments, soit par le contact des mains ou de tous autres objets, des agents infectieux qui y trouvent les conditions les plus favorables à leur pullulation (température, humidité, débris alimentaires, etc.). Aussi bien l'organisme se défend-il spontanément chez

l'homme sain, de telle sorte qu'il suffira d'adapter les mesures d'hygiène à ses moyens naturels de défense.

Ces moyens de défense sont de trois sortes. Les uns, *mécaniques*, consistent dans le balayage des débris épithéliaux et des résidus alimentaires par les mouvements de la langue, des mâchoires, des lèvres et des joues, et par la sécrétion salivaire, pendant la mastication et la phonation. Tous les corps étrangers ainsi détachés de la muqueuse et des surfaces dentaires sont entraînés avec la salive par la déglutition.

L'action *chimique* de la salive alcaline vient à chaque instant neutraliser les sécrétions acides des microbes et créer un milieu moins favorable à leur développement et à leur action nocive sur les tissus dentaires.

Le rôle *bactéricide* de la salive est à peu près nul; mais elle paraît avoir des propriétés chimiotactiques positives, ou peut-être, pour parler un langage plus moderne, posséder un pouvoir opsonique particulier. Dans des conditions normales, une active leucocytose permet à la muqueuse de lutter contre l'invasion microbienne et de se régénérer rapidement lorsqu'elle a subi une lésion en l'un de ses points. Le polymicrobisme buccal a en outre pour conséquence l'antagonisme des diverses espèces, permettant d'opposer aux microbes pathogènes d'autres microbes inoffensifs pour l'organisme. Frey et de Névrezé rappellent à ce sujet les belles expériences de Miller avec le *B. prodigiosus*: "Je rinçai ma bouche, dit Miller, avec un bouillon de *B. prodigiosus* contenant plus de deux milliards de bacilles; aussitôt après, puis à divers intervalles, je comptai les bacilles contenus dans une parcelle de ma salive; voici le résultat :

Au début	97 600
Après 1 heure	1 220
— 2 heures	127
— 3 heures	17
— 6 heures	0

"Bon nombre d'autres bactéries, ajoute-t-il, qui pénètrent dans la bouche humaine, subissent le même sort, c'est-à-dire sont vaincues dans leur lutte pour l'existence."

Nous verrons plus loin que l'hygiène bucco-dentaire dispose également de ces trois sortes de moyens: mécaniques, chimiques et antiseptiques.

La défense naturelle de l'organisme explique comment la négligence des soins d'hygiène n'a pas forcément pour conséquence immédiate la production des maladies microbiennes; comment, en particulier, des personnes très négligentes au point de vue de l'hygiène buccale peuvent néanmoins conserver leur denture intacte. Mais que la santé générale

vien
dans
bien
pour
au n
cons
des c
mani
fébr

AI
BOU
ment
pullu
diver
cavit

II
l'hygi
de l'
ces ri
l'espè
liée a
Faut-
que le

Pot
natu
par l'
nettoy

L'a)
procéd
l'invas
ment
pour l
Il ne
exemp
partie
ment l

Le
interm
Il a su
qui y s
combin
totalité
celles,
des der

vienne à s'affaiblir, et le milieu buccal subira des modifications soit dans son chimisme, soit dans l'équilibre biologique des espèces microbiennes qu'il renferme. Et, chez l'individu jusque-là indemne, on pourra voir se produire des poussées de gingivite ou des caries dentaires au moment des règles et pendant la grossesse; des infections secondaires consécutives aux plaies d'extractions faites aux environs des époques; des dépôts de tartre avec toutes leurs conséquences pyorrhéiques comme manifestations de l'arthritisme; du muguet à l'occasion d'une affection fébrile, etc.

APPLICATION DE CES NOTIONS A L'HYGIENE DE LA BOUCHE ET DES DENTS. — L'hygiène bucco-dentaire a précisément pour but de réduire au minimum les conditions favorables à la pullulation microbienne et de maintenir l'équilibre biologique des diverses espèces que renferme, normalement ou accidentellement, la cavité buccale.

Il est bien évident que cette hygiène spéciale ne se sépare pas de l'hygiène générale que l'on a définie "la science des rapports sanitaires de l'homme avec le monde extérieur et des moyens de faire contribuer ces rapports à la viabilité et au perfectionnement de l'individu et de l'espèce". La conservation de l'intégrité bucco-dentaire est intimement liée au maintien de la santé générale, comme nous l'avons dit plus haut. Faut-il répéter une fois de plus cette vérité, banale pour les médecins, que le corps humain est un tout dont les diverses parties sont solidaires ?

Pour lutter contre la pullulation microbienne et favoriser la défense naturelle de l'organisme, l'hygiène bucco-dentaire intervient directement par l'application de substances antiseptiques, et indirectement par le nettoyage mécanique et la modification chimique du milieu buccal.

L'application des *antiseptiques*, qui théoriquement semblerait être le procédé de choix, n'a en réalité qu'une action très limitée. Tandis que l'invasion microbienne est constante, les lavages de bouche sont forcément espacés. De plus l'abus des antiseptiques, médicaments irritants pour la muqueuse et le tissu cutané, risquerait d'avoir des inconvénients. Il ne serait d'aucun avantage d'avoir constamment dans la bouche, par exemple, des comprimés qui fondraient lentement, d'autant plus qu'une partie du médicament serait forcément déglutie et pourrait non seulement léser les voies digestives, mais intoxiquer l'organisme.

Le nettoyage *mécanique* n'a besoin d'être fait que d'une manière intermittente, et c'est lui qui donne les meilleurs résultats pratiques. Il a surtout pour effet de débarrasser la bouche des débris alimentaires qui y séjournent après les repas. Le bol alimentaire produit par l'action combinée de la mastication et de l'insalivation n'est pas entraîné en totalité dans le tube digestif par la déglutition. Il en reste des parcelles, surtout dans le vestibule buccal, sur la muqueuse, à la surface des dents et dans les espaces interdentaires.

De ces débris alimentaires, les uns, simplement déposés sur la muqueuse ou à la surface des dents, sont peu à peu entraînés par les mouvements des parties molles (joues, lèvres, langue) et déglutis avec la salive. Les autres, retenus entre les dents, sont attaqués par les microbes buccaux et subissent des fermentations acides qui aboutissent à leur liquéfaction et à leur dissolution dans la salive. Les albuminoïdes surtout, après un court séjour dans la cavité buccale, sont déjà en putréfaction, comme il est facile de s'en rendre compte en en retirant une parcelle à l'aide d'un cure-dent. Ces fermentations acides sont l'une des principales causes de la carie dentaire.

Ajoutons cependant qu'indépendamment des détritits alimentaires il se forme, à la surface des dents, des enduits muqueux mélangés de débris épithéliaux, réceptacles de microbes, masquant parfois par leur coloration jaunâtre ou verdâtre la véritable teinte des dents. Les plaques gélatineuses signalées par Black, sortes de boucliers soustrayant les acides microbiens à l'action neutralisante de la salive, seraient constituées par le *Leptothrix ramosa* de Vicentini, agent actif de la décalcification de l'émail, qui se présente microscopiquement sous forme de touffes blanchâtres.

Il importe donc, après chaque repas, de débarrasser la bouche de tous les débris alimentaires et des enduits qui constituent un milieu de culture éminemment favorable pour les microbes. Mais c'est surtout après le repas du soir que ce nettoyage s'impose. "Le sommeil, en réduisant les phénomènes de défense, permet aux germes de proliférer : au réveil, la langue est sale, saburrale, encombrée de débris épithéliaux, l'haleine souvent désagréable ou fétide, la sécrétion buccale parfois acide, et les bactéries sont beaucoup plus nombreuses." Nettoyer sa bouche avant de se coucher, c'est donc réduire au minimum les conditions favorables à la pullulation microbienne.

Enfin le tartre servant de réceptacle à de nombreuses colonies bactériennes, le nettoyage mécanique devra être complété par l'élimination de ce corps étranger.

II. — HYGIENE INDIVIDUELLE.

Il faut distinguer, dans l'hygiène individuelle, les soins que l'on peut prendre soi-même de sa bouche, et ceux pour lesquels on est obligé de recourir au spécialiste. Les premiers consistent surtout et presque exclusivement, comme nous l'avons déjà vu, dans le nettoyage mécanique de la bouche.

QUAND FAUT-IL NETTOYER SA BOUCHE ? — C'est surtout après les repas que ce nettoyage est utile, pour empêcher les débris alimentaires de séjourner dans la cavité buccale et d'y subir des fermentations microbiennes. Il est donc d'une bonne hygiène de se débarrasser de ces détritits après chaque repas. A défaut de ces soins mul-

tiples, on devra au moins, ainsi que nous l'avons dit plus haut, nettoyer sa bouche avant de se coucher, ou mieux immédiatement après le repas du soir. Pendant le sommeil, les sécrétions sont ralenties, et la défense naturelle de l'organisme est moins active.

Un second nettoyage le matin au lever, au moment de la toilette quotidienne, complètera l'oeuvre de propreté buccale.

Rappelons l'aphorisme de Rose (de Munich) : "N'oublie pas surtout de te nettoyer la bouche le soir. Celui qui ne se lave la bouche que le matin ressemble à celui qui ferme la porte de l'étable quand la chèvre est sortie."

EMPLOI DE LA BROSSE A DENTS. — Le seul nettoyage efficace est celui qui se fait à l'aide de la *brosse à dents*. Cette brosse devra être en soies de porc assez dures et assez espacées, lesquelles sont ordinairement montées sur un manche en os.

La brosse à dents, chargée d'une pâte ou d'une poudre dentifrice, est promenée sur la surface des dents et des gencives et y exerce des frictions assez énergiques. Par ce moyen, les enduits muqueux, épithéliaux et alimentaires sont chassés, et les poils de brosse s'introduisant dans les espaces interdentaires en expulsent les débris d'aliments.

Beaucoup de personnes ignorent la façon rationnelle d'user de la brosse, et il faut la leur enseigner.

Tout d'abord il sera bon d'avoir sur sa table de toilette un verre d'eau tiède aromatisée de quelques gouttes d'élixir dentifrice (Voy. plus loin) et un tube de pâte ou une boîte de poudre dentifrice. La brosse est plongée dans le verre d'eau dentifrice, et l'on dépose à sa surface une certaine quantité de pâte ou de poudre.

On commencera par frotter les bords libres et les faces triturantes, puis les faces labiales et vestibulaires de toutes les dents, en partant de la gencive et en se dirigeant vers l'extrémité des couronnes, c'est-à-dire de haut en bas pour les dents supérieures et de bas en haut pour les dents inférieures. Le mouvement contraire aurait pour effet de refouler plus profondément vers le collet des dents les parcelles alimentaires logées dans les triangles interdentaires et de rompre l'adhérence des gencives autour des collets. La brosse sera promenée non seulement dans le sens vertical, mais d'avant en arrière, et *vice versa*. Elle devra atteindre les parties les plus éloignées et la face postérieure des dents de sagesse si fragiles, de mauvaise résistance, comme dégénérées, et si souvent cariées avant leur complète sortie. Lorsque la brosse sera dans le vestibule, on rapprochera les maxillaires de manière à relâcher les muscles des joues et à permettre à tous les mouvements de brossage de s'effectuer librement.

Un rinçage de bouche entraînera les débris ainsi expulsés du vestibule et des espaces interdentaires.

On recommencera l'opération en ce qui concerne la face linguale des dents. Ici le brossage est moins commode, surtout au niveau des faces postérieures des incisives et canines inférieures; aussi est-ce en cette

région que le tartre se dépose en plus grande abondance. Les mouvements incessants de la langue suppléent heureusement à la défectuosité du brossage des faces linguales des dents, sur lesquelles il est à remarquer que les caries sont exceptionnelles. Diverses sortes de brosses ont été imaginées pour faciliter le nettoyage de cette partie de la bouche (Fig 1).

Un nouveau rinçage achèvera de débarrasser la cavité buccale de tous les détritns.

On doit brosser non seulement ses dents, mais ses gencives, produisant ainsi un véritable massage qui facilitera la circulation du sang autour du collet des dents. Les personnes qui négligent cette pratique ont le plus souvent de la gingivite, et leurs gencives saignent facilement au moindre frottement, ce qui leur fait appréhender encore plus le contact de la brosse. Il faut les engager à se brosser les dents et les gencives sans crainte de faire saigner ces dernières. Si dans les premiers temps le contact de la brosse dure est trop pénible à supporter, mieux vaut faire le massage des gencives avec le doigt qu'avec une brosse molle.

Après avoir nettoyé ses dents et ses gencives, il est bon de nettoyer la face dorsale de la langue, dont les villosités retiennent de nombreux débris alimentaires. Nous avons vu au Japon des brosses à dents très pratiques dont le manche souple en baleine peut être courbé en deux, de sorte que la courbure médiane fait office de gratte-langue. Une baleine ordinaire rendra les mêmes services.

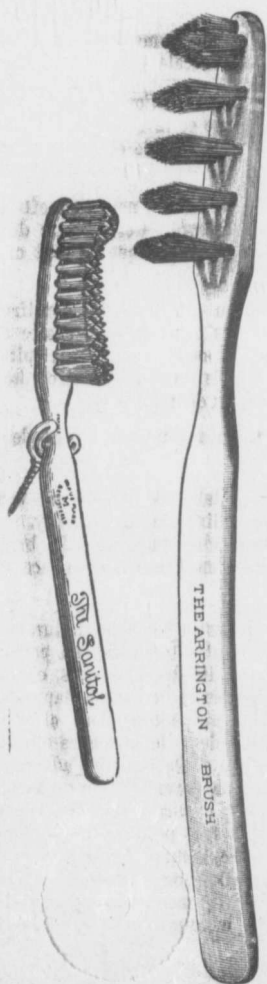


Fig 1 — Brosses à dents

Quelques stomatologistes préconisent l'emploi journalier du gratte-langue, dont je vous donne l'illustration Fig. 2. C'est certainement une bonne habitude à prendre, et dont nombre de nos élégantes pourraient avec avantage adopter l'usage.

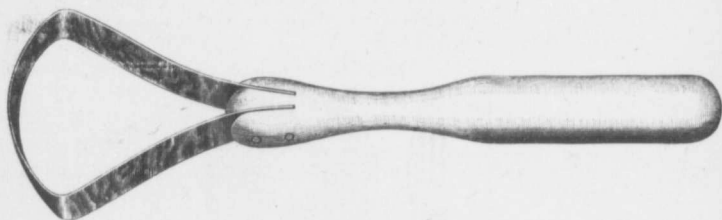


Fig 2 — GRATTE - LANGUE

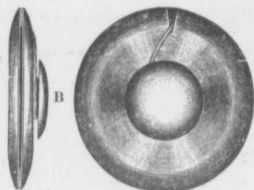
La brosse à dents, avons-nous dit, doit être en soies plutôt dures. Les brosses molles, les brosses en blaireau, les brosses en caoutchouc ne remplissent pas le même office. Elles sont plutôt dangereuses qu'utiles. En effet elles ne chassent pas les débris alimentaires des espaces interdentaires, mais les y refoulent au contraire; elles ne massent pas suffisamment les gencives; enfin elles donnent une fausse sécurité à la personne qui, s'en étant servie, croit avoir accompli consciencieusement les soins d'hygiène bucco-dentaire.

ASEPSIE DE LA BROSSA A DENTS. — La brosse à dents doit évidemment être individuelle. Elle risquerait d'être sans cela non un objet d'hygiène, mais au contraire un agent de transmission des maladies infectieuses.

En dehors des moments où l'on s'en sert, on ne la laissera pas traîner sur une table de toilette, exposée à la poussière et chargée de débris buccaux qui seraient pour les microbes un excellent milieu de culture. On pourra la conserver dans un récipient contenant une solution antiseptique, par exemple XXX à XL gouttes de formol à 40 p. 100 dans 1 litre d'eau bouillie. Il sera plus simple et presque aussi efficace de la savonner et de la rincer après usage et de la suspendre à l'abri des poussières, de manière à la laisser égoutter dans un des supports spéciaux que l'on trouve dans le commerce.

MOYENS ACCESSOIRES DU NETTOYAGE MECANIQUE. — Les *frictions à l'aide du doigt* nu ou enveloppé d'un linge ne peuvent remplacer la brosse pour le nettoyage complet des dents; les lignes qui précèdent l'expliquent en ce qui concerne l'expulsion des débris alimentaires. Mais ces frictions sont très utiles pour activer la circulation du sang dans les gencives et pour refouler vers les couronnes des dents les liquides buccaux ou les produits de suppuration accumulés sous les franges gingivales décollées dans certains cas pathologiques.

Dans les cas de dents très serrées, l'emploi d'un *fil de soie* ou mieux d'un mince *fil de caoutchouc* qui s'étire sans se rompre est indispensable pour chasser des espaces interproximaux les débris alimentaires inaccessibles aux poils des brosses. On introduira le fil avec précautions pour éviter les brusques échappées vers les gencives. Ce procédé permettra en outre de déceler les caries proximales insoupçonnées, la surface des dents cessant alors d'être lisse et les bords rugueux de la petite cavité de carie accrochant le fil.



A défaut du brossage des dents après chaque repas, l'usage du *cure-dents* est utile, à condition d'être intelligemment pratiqué. On emploiera un cure-dents flexible, mince, — c'est-à-dire pouvant s'introduire facilement entre les dents sans forcer, — et propre, n'ayant pas traîné dans une poche et n'étant pas souillé par des usages précédents. Un cure-dents en plume qu'on changera chaque fois, n'aura que des avantages. Par contre, il faut proscrire les épingles, les cure-dents en bois qui peuvent nuire tant aux gencives qu'à l'émail des dents. L'actinomycose a été parfois contractée par l'intermédiaire de brins de paille cueillis au cours d'une promenade à la campagne et employés comme cure-dents.

Le *rince-bouche*, dont l'usage à table, à l'issue des repas, a heureusement disparu, était très hygiénique, sinon agréable pour les assistants. Dans l'intimité du cabinet de toilette, il est toujours à recommander. Il représente, comme nous l'avons vu, l'un des temps du nettoyage mécanique, celui qui consiste à entraîner hors de la cavité buccale les matières balayées par la brosse.

Il ne faut pas se contenter d'introduire l'eau dentifrice et de la rejeter aussitôt. On la gardera un instant dans la bouche en la brassant pour ainsi dire dans tous les sens par les mouvements combinés des parties molles (lèvres, joues, langue). Ce *bain de bouche*, que l'on prendra tiède de préférence, aura pour effet de débarrasser les dents et la muqueuse buccale et linguale de tous les enduits et débris épithéliaux ou alimentaires et de procurer une sensation de bien-être, surtout si le liquide est aromatisé comme nous l'indiquerons plus loin.

Si l'on réserve pour le soir le brossage bucco-dentaire, il sera indiqué après chaque repas de combiner l'usage du cure-dents et du rince-bouche.

EROSIONS DENTAIRES ET BROSSAGE DES DENTS. — Le brossage "exagéré" des dents et l'abus des dentifrices ont été invoqués par plusieurs auteurs comme la cause d'érosions cunéiformes, acquises et non congénitales, que l'on constate chez certaines personnes au niveau du collet, surtout à la face labiale des dents antérieures. Dans ces érosions dites "chimiques", la surface dentinaire mise à nu n'est pas ramollie, mais très dure au contraire, lisse et blanchâtre.

Les bords d'émail qui la limitent sont nets et non déchiquetés; la dent est comme taillée en sifflet, à l'emporte-pièce.

Cette *théorie mécanique* est soutenue entre autres par Cruet: "Ici ce sont les brosses, les poudres, les frottements divers qui produisent le phénomène; l'abrasion chimique, en effet, s'observe surtout chez des personnes très soigneuses de leurs dents (trop) et faisant abus de tous les dentifrices."

Miller disait de même: "J'ai examiné, durant ces dernières années, environ 300 cas d'érosion et, dans 85 cas, j'ai fait un examen très complet des malades; or je n'ai jamais trouvé jusqu'à présent un cas d'érosion où la brosse dentaire n'ait été employée avec une poudre grossière quelconque."

L'expérimentation et l'observation clinique conduisent cet auteur à des conclusions identiques: "Un grand nombre de cas d'érosions sont produits par des moyens mécaniques seulement, principalement par la brosse à dents ou par un instrument semblable accompagné d'une poudre abrasive. La nature de la brosse et surtout de la poudre, la nature des dents et leur position, aussi bien que l'intégrité des gencives, la tension des muscles et la façon d'employer la brosse, modifient plus ou moins l'aspect et l'étendue de l'érosion.

"L'action combinée des acides et d'un facteur mécanique quelconque équivalent amène une érosion rapide de l'émail, tandis que l'érosion de la dentine n'est pas, d'ordinaire, accélérée par l'acide. Dans bien des cas, on a observé que la dentine décalcifiée était moins lésée par la brosse que la dentine normale.

"L'action d'un acide sur les collets des dents, si elle n'est pas accompagnée de celle d'un facteur mécanique puissant, aboutit à l'amollissement et à la carie, non à l'érosion."

Par contre, Frey a trouvé une fois la lacune cunéiforme chez un vieillard qui n'avait jamais fait usage de la brosse à dents, et Bastyr a pu constater sa présence sur des dents en retrait que ne pouvait atteindre la brosse. Ce dernier ne put d'ailleurs jamais reproduire expérimentalement l'érosion en brossant des dents même ramollies par des acides.

D'autres faits plaident contre la théorie mécanique. L'érosion cunéiforme peut se rencontrer sur des dents isolées et non pas toujours sur toutes les dents soumises au brossage. De plus, au lieu d'aller

sans cesse en augmentant, au bout de deux, trois, quatre, dix ans, l'érosion devient insensible et s'arrête spontanément.

Aussi plusieurs *théories chimiques* ont-elles été admises par d'autres auteurs. C'est ainsi que Michaëls attribue l'érosion à l'action du sulfo-cyanure de potassium, Preiswerk à celle d'une trypsine fabriquée par les bactéries buccales.

Un jour nouveau et peut-être définitif a été porté sur cette question par G. Milian. Les érosions cunéiformes sont bien d'origine chimique, comme l'avaient pressenti plusieurs auteurs, mais l'agent jusque-là in-soupçonné de leur production est le *mercure* absorbé dans un but thérapeutique, et surtout sous forme d'injections d'huile grise.

Le siège de l'érosion au collet des dents et aux dents antérieures rappelle celui de la stomatite mercurielle; l'érosion cesse de s'accroître au bout de quelques années, alors que l'on arrête le traitement mercuriel. Ce qui a pu faire croire à une action mécanique, c'est que justement cette forme de stomatite hydrargyrique se manifeste chez les gens qui nettoient soigneusement leur bouche par des brossages répétés et empêchent de la sorte la stomatite purulente, la stomatite microbienne d'apparaître. L'érosion cunéiforme est la stomatite des gens propres.

Et Milian conclut: "Le brossage très fréquent des dents sera également le meilleur préventif de cette érosion que si longtemps et aujourd'hui encore on attribue précisément au brossage.

"Le brossage empêche le dépôt du mercure à l'insertion de la gencive; plus on brosse souvent, moins on laisse le mercure en contact avec la dentine."

De tout ce qui précède, il résulte qu'on trouverait difficilement des exemples authentiques d'érosions dentaires causées par l'abus des soins hygiéniques. Il y a bien, comme nous le verrons plus loin, des substances qu'il est dangereux d'employer comme dentifrices. Mais il appartient justement au dentiste de mettre le public en garde contre leur usage et de ne préconiser que celles dont l'usage prolongé ne peut entraîner aucun inconvénient.

III. — DENTIFRICES

GENERALITES SUR LES DENTIFRICES. — Les produits usités pour le nettoyage de la bouche et des dents sont appelés dentifrices (*fricare*, froter). Ils se présentent sous forme liquide ou solide.

Les dentifrices liquides, que l'on désigne sous le nom d'*eaux* ou *élixirs dentifrices*, servent surtout comme gargarismes ou bains de bouche. Les dentifrices solides peuvent être en *poudres* ou en *pâtes* plus ou moins consistantes. Ils sont destinés à être portés par la brosse au

niveau des gencives et des dents, de manière à les débarrasser par friction de tous les enduits et débris alimentaires qui peuvent s'y trouver.

Il n'y a pas une grande différence entre les pâtes et les poudres, parce que celles-ci ne peuvent guère être introduites dans la bouche à l'état pulvérulent, sous peine d'être entraînées dans les voies respiratoires. On est donc obligé de mouiller la brosse avant d'y déposer la poudre, de manière à obtenir une sorte de pâte.

Les formules des dentifrices sont plus ou moins compliquées; mais, quels que soient les produits qu'elles renferment, on peut les décomposer en: substances actives, essences, excipients et colorants.

a. SUBSTANCES ACTIVES. — Les substances actives sont des antiseptiques choisis parmi ceux dont l'usage prolongé ne peut produire aucun effet nocif; il faut, en effet, distinguer entre les médicaments employés comme collutoires ou comme bains de bouche d'une manière accidentelle, à l'occasion d'un abcès dentaire, d'une stomatite, etc., et les dentifrices servant quotidiennement pour le nettoyage d'une bouche saine. Dans ce dernier cas, il est tout à fait inutile, et il peut être nuisible à l'intégrité de la muqueuse buccale et même des dents d'employer des produits fortement antiseptiques.

Les substances actives telles que l'acide phénique, le thymol, l'aldéhyde formique, etc., ne seront donc prescrites qu'à de très faibles doses pour les soins d'hygiène journalière de la bouche. Nous verrons plus loin que ces médicaments ne sont nullement nécessaires à la fabrication d'un bon dentifrice.

Le salol doit être absolument proscrire de tout dentifrice. De nombreuses observations ont été publiées d'éruptions aiguës ou chroniques causées par des dentifrices contenant cet antiseptique. La plus commune de ces éruptions revêt la forme d'un eczéma sec siégeant sur les lèvres ou au pourtour de la bouche. On en trouvera la description et les observations dans les travaux de Garnier, Besnier, Thibierge, Carle et Pont, W. Dubreuil. Le seul traitement dans tous les cas cités a consisté dans la suppression du salol dans les préparations dentifrices; la guérison a été obtenue en quelques jours.

Or, comme le fait remarquer Dubreuilh, "le salol entre dans la composition de plusieurs dentifrices spécialisés. La plupart des formules de poudres ou de solutions dentifrices recommandées par les dentistes ou que l'on trouve dans les journaux de médecine en contiennent aussi, de sorte qu'une infinité de personnes s'en servent journellement et avec avantage, car il paraît être un excellent antiseptique buccal. Il ne provoque d'accident que chez ceux qui ont une susceptibilité anormale". Mais, comme les éruptions salolées des lèvres sont très fréquentes, il est à supposer que de nombreuses personnes possèdent cette susceptibilité.

soit congénitale, soit acquise, et il vaut mieux s'abstenir de prescrire le salol comme dentifrice, étant donnée surtout la grande quantité de produits qui le remplacent avantagement.

En résumé, les antiseptiques, par leur emploi répété, deviennent dangereux, car la plupart d'entre eux sont des irritants susceptibles de déterminer des altérations gingivales ou péri-buccales. Ceci s'entend dans une bouche saine, car, lorsqu'il s'agira de traiter une affection bucco-dentaire quelconque, l'antiseptie reprendra tous ses droits et le dentiste devra formuler des bains de bouche appropriés.

b. ESSENCES. — Les essences sont destinées à donner aux dentifrices une saveur agréable et, au besoin, à dissimuler ou à atténuer le goût des substances actives.

L'une des essences les plus employées pour la préparation des dentifrices est l'essence de *menthe*, dont la saveur piquante excite agréablement les papilles gustatives et qui laisse après son passage dans la bouche une délicieuse sensation de fraîcheur. On l'associe très souvent avec les essences de *badiane* et d'*anis vert*, qui en tempèrent la force. Citons encore les essences de *girofle*, de *cannelle*, de *géranium*, de *citron*, etc. Dans les pays anglo-saxons, l'essence de *wintergreen* (*Gaultheria procumbens*) est très en faveur.

Les huiles essentielles possèdent non seulement un parfum agréable, mais des propriétés antiseptiques, et peuvent parfaitement remplir dans un dentifrice le double rôle de médicament actif et de substance aromatique. C'est ainsi que l'on obtiendra un bon élixir dentifrice à l'aide de la simple formule suivante :

Essence de menthe extra-fine 10 gr.
Alcool rectifié à 90° Q. S. p. 1 litre

Filter avec soin au papier et préparer deux ou trois mois d'avance, si possible (formule analogue aux alcools de menthe du commerce). Quelques gouttes dans un demi-verre d'eau tiède.

c. EXCIPIENTS. — Pour les dentifrices liquides, l'excipient est l'alcool "bon goût", étendu ou non d'eau distillée; pour les poudres dentifrices, le corps est à base de carbonate de chaux; pour les pâtes, il renferme en outre de la glycérine ou du glycérolé d'amidon.

d. COLORANTS. — Les colorants ne sont pas indispensables. Ils ont pourtant l'avantage d'indiquer la nature du produit et d'éviter des erreurs. L'usage a prévalu de colorer les dentifrices en rouge, sans doute parce que cette teinte rappelle celle de la muqueuse gingivale.

QUALITES D'UN BON DENTIFRICE. — La réaction chimique du milieu buccal normal nous indique qu'un dentifrice ne doit pas être acide; il est bon, au contraire, qu'il soit *alcalin*. On évitera donc les acides thymique, chlorhydrique, les eaux oxygénées acides, la crème de tartre (tartrate acide de potassium), qu'on trouve dans de nom-

breu
alcal

U.
l'alu
form

par
form

Le
bois,

Le
aucu

L'
pâte
Le s
parti
au r
incou
expé
rieur

Le
encor
grass
rable

Le
bacté
et en

Er
et un
dans
elles

PI
ne se
nées
de p
répai
fique
natu
matti
appli

Ne
la ve

breuses formules, etc., et on introduira au besoin dans la formule des alcalins tels que le bicarbonate ou le borate de soude.

Un dentifrice ne doit pas contenir de substance caustique. Eviter l'alun, le chlorate de potasse, le salol. Les antiseptiques (phénol, formol) ne devront y entrer qu'à faibles doses.

D'autres substances nuisibles devront être également proscrites, par exemple le sucre (saccharine), qui figure dans de nombreuses formules de dentifrices.

Les poudres de pierre-ponce, d'iris, d'os de seiche, le charbon de bois, la cendre, les quinquinas gris ou rouges.

Les poudres doivent être très finement pulvérisées et ne contenir aucune substance capable d'user l'émail.

L'addition d'une certaine quantité de savon dans une poudre ou une pâte dentifrice est indispensable pour émulsionner les matières grasses. Le savonnage de la bouche est aussi nécessaire que celui des autres parties du corps. Il faut, dit Lucas Championnière, placer le savon au rang des antiseptiques familiers, et cet agent possède par lui-même incontestablement une action microbicide démontrée par de nombreuses expériences. Il fait la lessive des tissus, et il est certainement supérieur à d'autres antiseptiques mieux classés.

Le savon a l'avantage de n'être ni toxique ni irritant; et cet autre encore, d'exercer une action qui n'est point arrêtée par les matières grasses; bien mieux, il détruit celles-ci et prépare en tout cas admirablement les tissus à subir l'action d'autres substances.

Les expériences de Pane et d'Agata (de Naples) ont montré l'action bactéricide d'une solution de savon à 1 p. 100 sur les microbes buccaux, et en particulier sur le *pneumocoque*.

Enfin le goût d'un dentifrice n'est pas sans importance. Une saveur et une odeur agréables sont les qualités que le public apprécie le mieux dans ces préparations et dont on se préoccupera avec juste raison, car elles font du nettoyage de la bouche un plaisir et non pas une corvée.

PREPARATION DES DENTIFRICES. — Les produits dentifrices ne sont pas considérés par la loi comme des médicaments; il n'est pas nécessaire, pour les préparer ou pour les vendre, de posséder le diplôme de pharmacien. Aussi, en ce qui concerne les nombreuses spécialités répandues dans le commerce et fabriquées sans aucun contrôle scientifique, l'acheteur ne possède aucune garantie au point de vue de la nature et de l'innocuité des substances incorporées. C'est pourtant en matière d'hygiène que le *primum non nocere* devrait surtout trouver son application.

Ne sont pas considérées comme remèdes secrets (c'est-à-dire dont la vente est interdite, même aux pharmaciens) les diverses compositions

chimiques, hygiéniques, odontalgiques, cosmétiques, alimentaires et autres qui ne doivent pas être employées en qualité de médicaments, et qui, si elles sont en même temps susceptibles de servir accidentellement en médecine, n'ont pas cependant cette destination d'une manière exclusive.

Il vaut donc mieux s'abstenir des dentifrices du commerce, dont on ne connaît pas la composition exacte. Nous avons vu que certains d'entre eux contiennent du salol, qui n'est pas toujours inoffensif. D'autres blanchissent rapidement, presque instantanément les dents, mais ils doivent cette propriété à des acides, et leur emploi est donc dangereux. D'autre part, les journaux de modes donnent souvent des "conseils de beauté" et en particulier des formules de dentifrices dont leurs lectrices font aveuglément usage. Ici encore, aucun contrôle scientifique, aucune responsabilité; ces formules sont souvent simplement copiées dans une publication analogue.

Le stomatologiste doit montrer à ses clients le danger auquel ils s'exposent en se servant de produits qui ne présentent aucune garantie d'innocuité et qui sont fabriqués la plupart du temps par des parfumeurs ignorant complètement la composition chimique des dents et du milieu buccal. Il formulera lui-même des prescriptions appropriées à l'état particulier de chaque individu, insistant par exemple sur les alcalins lors des périodes de grossesse. Ses conseils auront d'autant plus de poids qu'ils seront désintéressés, l'ordonnance pouvant être exécutée par un pharmacien au choix du client.

Il est bon de remarquer que la plupart des dentifrices ne se préparent pas extemporanément, mais exigent des manipulations plus ou moins longues, parfois des macérations de plusieurs semaines.

1° EAUX OU ELIXIRS DENTIFRICES. — Ce sont des dissolutions d'essences, de produits synthétiques, de médicaments, de colorants dans l'alcool à 90° pur ou étendu d'eau. L'alcool employé pour leur préparation doit être de l'alcool de vin bien rectifié ou, à défaut, de l'alcool de riz désodorisé.

Les eaux dentifrices de bonne qualité doivent être préparées avec de l'alcool à 90 ou à 80°. La proportion d'essences qui entre dans un litre doit varier entre 15 et 20 grammes. On choisira toujours de préférence les essences naturelles de qualité supérieure pour toutes les préparations d'un titre alcoolique élevé.

Le menthol, des traces de chloroforme donneront parfois un goût agréable aux dentifrices. La délicatesse d'un parfum n'est pas proportionnée à la quantité des espèces d'essences qui entrent dans la composition des formules. La façon de les combiner détermine seule la valeur du produit, et souvent ce sont les combinaisons les plus simples qui sont les meilleures.

Que
tous
mélan
jamai
ajout
ainsi

Col
rouge

L'u
litre c
100 g
de tei

Le
rant l
très a
de po
avant
teintu

Le
rouge

L'é
miliet
dâtres
polass

La
résisti

Poi
à 1/1
véniér
peut

Mes
préals

Quelle que soit la qualité du produit que l'on veut obtenir, il faut toujours verser le mélange des essences et des teintures dans l'alcool mélangé préalablement aux eaux distillées et bien agiter. Il ne faudra jamais faire l'inverse, c'est-à-dire dissoudre les essences dans l'alcool et ajouter ensuite le coupage pour ramener au titre voulu. On séparerait ainsi une partie des essences.

Colorants. — Les eaux dentifrices sont colorées le plus souvent en rouge, quelquefois en jaune.

L'un des colorants les plus employés est la *cochenille*. La dose par litre d'élixir est de 8 à 10 grammes de cochenille pulvérisée ou de 80 à 100 grammes de teinture de cochenille à 1/10 du *Codex*. L'addition de teinture de benjoin fait virer au rouge doré.

Le *santal rouge* (*Pterocarpus santalinus*) râpé pulvérisé est le colorant le plus tenace et le moins coûteux; il donne une teinte rouge doré très agréable à l'œil. La dose par litre d'élixir est de 5 à 8 grammes de poudre ou de 25 à 40 grammes de teinture à 1/5. On peut mélanger avantageusement le santal rouge avec la teinture de cochenille ou la teinture de benjoin.

Le *bois de campêche* ou son principe colorant, l'hématine, donnent un rouge assez vif.

L'*éosine* donne un rose-églantine superbe et très tenace, mais en milieu alcoolique présente un dichroïsme très accentué (reflets verdâtres). On évitera cet inconvénient par l'emploi de l'*éosinate de potasse*.

La *sulfo-fuchsine*, qui est tolérée à condition d'être exempte d'arsenic, résiste indéfiniment, même à l'action du soleil.

Pour les élixirs jaunes, le seul colorant pratique est le safran (teinture à 1/10 du *Codex*) à la dose de 1 gramme par litre. Il a comme inconvénients une odeur et un goût *sui generis* très accentués, mais que l'on peut dissimuler à l'aide des essences.

FORMULAIRE.

1. *Elixir dentifrice à la badiane.*

Essence de badinae redistillée	100 cent. cubes	
— de girofle extra	3	—
— de Menthe Mitcham (Jackson)	60	—
— de rose d'Orient	2	—
Teinture de benjoin de Siam à 1/5	100	—
— de Cochenille à 1/10	100	—
— de <i>Pterocarpus santalinus</i> à 1/5	250	—

Mesurer ou peser dans l'ordre, et verser dans le mélange ci-dessous préalablement agité:

Eau distillée	1 000 cent. cubes
Alcool à 90°	8 500 —

On obtiendra 10 litres de produit. Filtrer au papier. Formule très agréable dans laquelle domine le goût sucré de la badiane. (R. Cerbelaud.)

2. *Eau dentifrice à la menthe.*

Essence de rose d'Orient	0 gr. 10
— d'anis de Russie	2 cent. cubes
— de badiane redistillée	2 —
— de girofle Bourbon	2 —
— de cannelle de Ceylan	1 cent. cube
— de menthe Mitcham (Jackson)	10 cent. cubes
Teinture de benjoin de Siam à 1/5	10 —
— de cochenille à 1/10	80 —
Alcool à 90°	Q. S. p. 1 litre

Mélanger, filtrer avec soin au papier. Conserver quelques jours. Préparation d'un goût agréable, dans laquelle domine la menthe. (R. Cerbelaud.)

3. *Elixir dentifrice au Wintergreen.*

Essence de Wintergreen	1 gramme.
Menthol cristallisé	2 grammes.
Alcool à 90°	150 —
Solution au centième de sulfo-fuchsine	1 gramme.
Eau	Q. S. p. 1 litre.

Mélanger le tout, agiter vivement avec 10 grammes de kaolin pour supprimer l'opalescence, cette solution étant très faiblement alcoolique. Filtrer plusieurs fois au papier. (D'après R. Cerbelaud.)

4. *Elixir aromatique.*

Teinture de vanille	15 grammes.
— de pyrèthre	125 —
Alcoolat de menthe	30 —
— de romarin	30 —
— de roses	60 —

(Lefoulon.)

5. *Soluton antiseptique au Cochlearia.*

Essence de girofle	0 gr. 10
— de menthe	0 gr. 50
Thymol	0 gr. 30
Teinture de ratanhia	40 grammes.
Alcoolat de cochlearia	30 —
Alcoolé de mélisse composé	30 —

Filtrer au papier.

(Schleicher.)

6. *Alcoolat astringent.*

Alcool de menthe	100 grammes.
Teinture de ratanhia	2 —
— de myrrhe	2 —
Thymol	0 gr. 20

Ajouter de la *poudre de savon* (de un dixième à un cinquième du poids total), qui émissiionnera les enduits gras de la cavité buccale et dont les essences masqueront la saveur désagréable.

Eviter le *sucré* (saccharine, lactose, miel), le *chlonte de polasse*, les poudres végétales qui peuvent contenir des moisissures, la crème de tartre très acide.

Le *charbon* a encore l'inconvénient de s'introduire dans la muqueuse gingivale et d'y tatoner un hiséré bien tout autour du collet des dents. Ce tatonage est à peu près indélébile, aussi faut-il prévenir à temps les personnes qui se servent de poudre de charbon pour qu'elles en cessent immédiatement l'usage.

Les grains de sable apportés par l'opération du "moussage". De telles poudres rayent trop facilement l'émail.

Il faudra éviter l'emploi prolongé de la *ierre ponce*, du *alc*, du *charbon*, qui contient des traces de silice, et surtout de certaines poudres à base de *quinquina gris* ou de *quinquina rouges cultivés*, quinquinas très répandus dans le commerce et dont les écorces renferment souvent des grains de sable apportés par l'opération du "moussage". De telles poudres rayent trop facilement l'émail.

Les formules types que nous avons indiquées peuvent être variées d'une infinité de manières.

Les solutions s'emploient également à des doses variant de quelques gouttes à une cuillerée à café dans un verre d'eau bouillie tiède.

Toutes ces eaux dentifrices s'emploient à la dose de quelques gouttes dans un demi-verre d'eau bouillie tiède.

Nous avons jugé utile de donner quelques formules de *bains de bouche antiseptiques* pouvant être employés temporairement, dans des cas de stomatites, d'abcès dentaires, après des extractions, etc., mais non d'une manière permanente pour de simples soins d'hygiène.

Les solutions s'emploient également à des doses variant de quelques gouttes à une cuillerée à café dans un verre d'eau bouillie tiède.

Toutes ces eaux dentifrices s'emploient à la dose de quelques gouttes dans un demi-verre d'eau bouillie tiède.

S'emploie dans les cas d'ébranlement des dents pour raffermir les gencives.

8 grammes.	Tannin	4
—	Téinture d'iode	—
1 gramme.	Iodure de potassium	—
5 grammes.	Téinture de myrrhe	20
—	Eau distillée de rose	—

7. *Solution astringente.*

FORMULAIRE.

1. Poudre dentifrice au savon.

Essence de Wintergreen	V gouttes.
Carbonate de magnésie	40 grammes.
Savon médicinal desséché et pulvérisé	10 —
Carbonate de chaux précipité	50 —

On peut remplacer l'essence de Wintergreen par de l'essence de menthe.
(R. Cербelaud.)

2. Poudre à la craie camphrée.

Ionone pure (violette synthétique)	0 gr. 50
Essence de bergamote	2 grammes.
Camphre pulvérisé	100 —
Carbonate de chaux précipité	900 —

Formule plus simple:

Camphre pulvérisé	10 grammes.
Carbonate de chaux précipité	90 —

3. Poudre alcaline au savon.

Craie précipitée	40 grammes.
Bicarbonaté de soude	10 —
Poudre de savon	10 —
Saponine	1 gramme.
Essence de menthe	X gouttes.
Essence de badiane	X —
Carmin n° 40	Q. S. pour colorer.

(M. Guibaud.)

3° PÂTES ET SAVONS DENTIFRICES. — Le corps des pâtes et des savons dentifrices est toujours constitué soit par de la glycérine, soit le plus souvent par du glycérolé d'amidon de blé ou d'arrow-root, dont voici la formule :

Amidon de blé	10 grammes.
Eau distillée de rose	10 —
Glycérine neutre à 30°	120 —

On colore habituellement les pâtes et savons dentifrices avec du carmin porphyrisé ou avec la solution de carmin au bitartrate.

On peut donner à ces pâtes et savons des consistances diverses, depuis celle d'une crème jusqu'à celle d'un savon dur.

FORMULAIRE.

1. Pâte dentifrice au savon.

Carmin n° 40 pulvérisé	0 gr. 20
Carbonate de chaux précipité	60 grammes.
Bicarbonaté de soude	1 gramme.
Savon desséché pulvérisé	10 grammes.
Saponine	0 gr. 15

Essence de menthe	3 grammes.
Essence de badiane	4 —
Eau distillée de rose	10 —
Glycérolé d'amidon de blé	Q. S.

Pulvériser et mélanger dans un mortier la craie, le bicarbonate, la saponine et le carmin; ajouter les essences; d'autre part mélanger à chaud le glycérolé au savon et à l'eau de rose et verser cette pâte dans le mortier. Pister (triturer) au pilon pour bien mélanger le tout. (M. Guibaud.)

IV. — SOINS D'HYGIENE DONNES PAR LE STOMATOLOGISTE.

LE TARTRE.

L'hygiène bucco-dentaire individuelle comporte non seulement les soins que chacun peut et doit prendre lui-même, et dont nous venons de parler, mais encore des séances périodiques chez le spécialiste pour la visite de la bouche et l'ablation du tartre et des enduits dont le brossage n'empêche pas toujours la formation.

Si, au point de vue de la pathogénie et de la composition chimique, on a pu distinguer deux espèces de tartre, le *tartre salivaire* et le *tartre sérique*, celui-ci paraissant être de formation hémotogène, tandis que le premier est causé par la précipitation des sels de la salive, cette différence d'origine a peu d'importance en ce qui concerne le traitement qui doit leur être appliqué. Tartre sérique et tartre salivaire sont des foyers d'infection dont il importe de débarrasser la surface des dents.

Le tartre sérique se dépose seulement autour des racines, dans certains états pathologiques (diathèse hyperacide, etc.). Le tartre salivaire se forme primitivement sur les couronnes et peut ensuite s'étendre aux racines. Il est extrêmement fréquent, et peu de bouches en sont absolument exemptes. Mais, malgré sa fréquence, c'est aussi un produit pathologique, et l'on y trouve non seulement des matières minérales et organiques, mais encore les microorganismes qui ont été les agents de sa formation, en particulier le *Leptothrix buccalis*, le *Spirillum sputigenum* et le *Vibrio rugula*.

Je n'insiste pas sur la nécessité, ni sur la technique de l'ablation du tartre salivaire et du tartre sérique. Je ne parlerai pas non plus des enduits verdâtres ou brunâtres; votre professeur de Pathologie a dû vous en donner la consistance et la provenance, et votre professeur de Dentisterie Opératoire s'est étendu assez longuement sur ces sujets, pour que je n'aie pas à y revenir.

Si tous les auteurs s'accordent à écrire longuement et à décrire minutieusement les différents dépôts et enduits qu'on rencontre sur les dents, bien peu nous parlent d'un quatrième enduit ou dépôt. Je veux parler du *dépôt tabagique*.

En 1911, j'eus occasion d'écrire quelques petits articles sur l'Hygiène de la bouche, pour une revue militaire, "Le Carabinier", et je mentionnai alors les ravages causés aux gencives par ce dépôt. C'est je crois un des dépôts les plus durs, les plus pénétrants laissant une tache indélébile.

La combustion du tabac est une sorte de distillation, formant entr'autres produits de la nicotine, dont l'action est très nocive, de l'huile empyreumatique qui est très corrosive, de l'acide pyro-ligneux, de l'ammoniaque, etc. Le plus funeste des effets du tabac, c'est l'altération lente et progressive du système dentaire. L'introduction de la fumée du tabac dans la bouche a une action irritante sur les glandes salivaires, leur fait sécréter une plus grande abondance de salive et par là augmente les dépôts salivaires. Le dépôt tabagique se dépose surtout sur les surfaces linguales des dents, il se dépose aussi sur les faces labiales et même sur les faces triturantes. Il pénètre profondément à travers l'émail, dont il en altère la blancheur et l'éclat, et avance profondément dans la dentine. Par son extension sub-lingual le dépôt salivaire déracine les dents et les prédispose à être plus accessibles à toutes les causes morbifiques, par l'espèce de ramollissement ou préférentiellement par la décomposition qu'elle fait subir aux tissus.

De plus l'usage de la pipe dont le tuyau est fait de substances plus ou moins dures, entr'autres la magnésite "écume de mer", l'écaillote, le caoutchouc vulcanisé, l'ambre, etc., a l'inconvénient d'user les dents qui retiennent la pipe, et de les rendre ainsi tout-à-fait impropres à la mastication.

Au nom des règles les plus élémentaires de l'hygiène ne doit-on jamais se servir de la pipe d'une autre personne, pas plus quand vous faites l'achat d'une pipe, ne devez-vous essayer toutes celles qui se présentent à votre portée, pour juger de leurs effets aspiratoires. Savez-vous si, cinq minutes avant vous, un syphilitique ou un diphtérique n'a pas porté à ses lèvres la pipe qui vous tente ?

Toutes personnes devant avoir des rapports journaliers, je dirais très rapprochés, avec le public doivent bannir entièrement l'usage du tabac. Ainsi vous jeunes gens qui passerez votre vie à faire respirer à vos clients votre haleine, devez-vous donner à votre bouche les soins les plus minutieux. Rien n'est plus désagréable à une personne raffinée que de sentir près de son visage l'odeur du tabac. Cette odeur s'imprègne aussi sur vos doigts que vous porterez dans la bouche de vos patients.

Les personnes qui ont l'habitude de fumer immédiatement après les repas devront auparavant se bien nettoyer la bouche avec un cure-dents, suivi de la brosse afin de bien enlever tous les débris alimentaires, car la fumée augmente la force d'adhérence des débris sur les parois dentaires.

Après avoir fumé, il est indispensable pour purifier l'haleine de se servir de cachou ou de pastilles faites de :

Cachou	8 grammes.
Sucre	8 —
Essence de cannelle	10 gouttes.
Mucilage q. s. pour faire pâte consistante.	

Diviser en pastilles de 25 à 40 centig.

EXAMEN ET MISE EN ETAT DE LA BOUCHE. — CONSEILS AUX PATIENTS. — L'ablation du tartre est le premier des soins donnés par le stomatologiste ou dentiste hygiéniste. Il est peu de cas où l'on puisse légitimer l'abstention de cette pratique. Et cependant trop souvent l'on voit des extractions faites dans une bouche remplie de tartre, milieu éminemment septique, des caries obturées sur des dents en partie recouvertes de ce dépôt et même des appareils de prothèse appliqués sans un nettoyage préalable.

Le tartre une fois extrait, on pourra examiner la bouche et déceler sur les surfaces dentaires la moindre trace de carie. L'examen doit être méthodique; on passera en revue successivement toutes les faces des dents, d'une extrémité à l'autre des arcades. La main gauche sera armée du miroir qui éclaire les parties obscures, réfléchit les faces non accessibles à la vision directe et écarte les parties molles (joues, langue, lèvres). La main droite tient la sonde à extrémité droite ou courbe, suivant les cas. Entre les faces proximales des dents serrées, on passera un fil de soie pour constater si elles sont lisses ou s'il existe des caries à bords rugueux qui accrochent le fil. Les sillons des faces triturantes des molaires seront explorés avec soin; la pointe de la sonde révélera les fissures imperceptibles de l'émail, conduisant souvent à des cavités plus ou moins vastes de la dentine.

Au point de vue de l'hygiène buccale, l'obturation des caries s'impose. Ces cavités servent en effet de réceptacle non seulement aux colonies microbiennes qui les ont produites, mais à des débris alimentaires en putréfaction; une seule dent cariée suffit à altérer la pureté de l'haleine. Soigner les dents infectées, c'est préserver non seulement ces dents elles-mêmes, mais les dents saines et la muqueuse buccale.

De même, les racines découronnées doivent être obturées ou extraites. Cette notion, familière à des dentistes, doit être répandue dans le public. Trop de personnes acceptent par ignorance, et aussi par pusillanimité, de porter des appareils de prothèse "sans extraction des racines", c'est-à-dire sur des racines non désinfectées, non obturées et occasionnant très souvent des abcès et des fistules gingivales. Le port d'un dentier dans ces conditions, loin d'être une aide précieuse pour la mastication, devient une source d'ennuis, les abcès, les stomatites se succédant presque sans interruption, par suite de la rétention des produits septiques et du traumatisme apporté par le contact de la pièce prothétique, jusqu'à ce que le patient finisse par où il aurait dû commencer, c'est-à-dire l'extraction des racines infectées.

Le polissage des obturations devra être soigneusement fait, les dents étant d'autant plus facilement nettoyables et, par conséquent, réfrac-

taires à la carie, toutes choses égales d'ailleurs, que leurs surfaces sont plus lisses.

Les porteurs d'appareils de prothèse doivent être particulièrement soucieux de leur hygiène buccale. Les dentiers amovibles seront enlevés et nettoyés après chaque repas; on les frottera avec une brosse à dent enduite de savon, et on les rincera ensuite avec une solution antiseptique (Voy. précédemment le *Formulaire des dentifrices*).

Les pièces en or peuvent être bouillies de temps en temps.

La visite de la bouche doit être régulièrement faite. Il faut recommander aux patients de prendre l'habitude d'aller faire examiner leurs dents périodiquement, sans attendre de s'apercevoir qu'il existe des lésions. La fréquence des examens est évidemment subordonnée au coefficient de résistance à la carie, lequel varie non seulement chez les différents sujets, mais chez un même individu (maladies, grossesse, etc.). On peut fixer comme moyenne trois visites par an, ce nombre devant être augmenté chez les personnes qui ont des dents fragiles.

PROPHYLAXIE DE LA CARIE DENTAIRE; REMINERALISATION DU SYSTEME OSSEUX. — La déminéralisation qui se produit à certaines périodes de la vie (puberté, grossesse, allaitement, surmenage, préparation des examens, etc.) ou au cours des maladies générales (anémie, neurasthénie, tuberculose, syphilis, etc.), se traduit du côté des dents par l'apparition de nombreuses caries et surtout de caries à marche très rapide.

L'administration des sels minéraux en déficit est indiquée dans tous ces cas pour fournir à l'organisme, et en particulier au système dentaire, les moyens de réparer une désassimilation exagérée. Quels sont ces sels?

L'os humain frais contient de 29 à 37 p. 100 de son poids de matières minérales et, calciné, laisse un mélange où prédomine le phosphate tricalcique mêlé de phosphate de magnésie, de chaux et de fluorure de calcium.

Ferrier, dans son remarquable travail sur la décalcification des dents, insiste sur l'importance des sels de chaux, et principalement du carbonate de chaux. Sa méthode de traitement de la tuberculose, en tant que maladie déminéralisante, a été appliquée avec succès dans de nombreux cas de mollesse des tissus dentaires et de caries multiples à évolution rapide.

En voici les grandes lignes:

Bannir les aliments et boissons acides; éviter les boissons alcooliques, les corps gras;

Ne pas dépasser 200 à 300 grammes de pain par jour; espacer largement les repas;

User des légumes non acides, pâtes, oeufs, viandes maigres, poissons, fruits cuits, confitures non acides;

B
me
Lég

P

P

I
en
niq
den
con
ral

A

qu
ont
gat
de
pr
s'il
col
me

fia
ag
Fe
de
de
ois
de
ar
pr
ju
l'a
na
d'
le

Boire le matin de bonne heure, et une demi-heure avant chaque repas, une eau minérale bicarbonatée calcaïque (Saint-Galmier, Pougues-Saint-Léger, etc.) ;

Prendre par jour trois cachets composés comme suit :

Carbonate de chaux	0 gr. 50
Phosphate tribasique de chaux	0 gr. 20
Magnésie calcinée	0 gr. 05

Pour un cachet.

Brissemoret préconise le fluorure de calcium, ciment précieux qui, en soudant les particules de phosphates et de carbonates, leur communique une dureté spéciale et qui existe en abondance dans l'émail des dents. Il le prescrit chez l'enfant pendant la croissance, chez l'adulte contre la carie dentaire, dans la tuberculose pour favoriser la reminéralisation de l'organisme, etc. Voici l'une des formules employées :

Fluorure de calcium	0 gr. 05
Fluorure de magnésium	0 gr. 02
Bromure de calcium	2 gr. 50
Carbonate de chaux	
Phosphate bicalcaïque	ââ 5 grammes.

A diviser en 20 paquets ; 2 par jour.

Il ne faudra pas oublier, en prescrivant la médication reminéralisante, que les préparations de phosphate de chaux, sirops ou solutions aqueuses, ont souvent une réaction acide très prononcée. Il faut donc prendre garde, sous prétexte d'améliorer le coefficient de résistance des dents, de modifier défavorablement le milieu buccal. On devra s'attacher de préférence aux préparations les plus inoffensives sous ce rapport et, s'il y a lieu, faire suivre l'ingestion du médicament de l'emploi d'un collutoire alcalin. L'enrobage des sels minéraux en cachets azymes permettra d'éviter tout contact avec le milieu buccal.

Nous devons mentionner que la thérapeutique des affections décalcifiantes et la prophylaxie de la carie dentaire trouveront un puissant agent reminéralisateur en s'adressant à l'*opothérapie osseuse*. Déjà Ferrier conseille aux personnes qui ne veulent pas de "médicaments" de manger des pigeons avec leurs os (membres, vertèbres cervicales) ; des alouettes en hiver, à condition de ne pas laisser les os ; d'autres oiseaux de petites dimensions lorsque le squelette n'est pas dur ; le bulbe des os de poulets (aîles, cuisses) ; les petits poissons frits avec leurs arêtes, etc. Cette véritable opothérapie osseuse, un peu primitive et présentant plusieurs inconvénients, — entre autres, celui de s'adresser justement à des dents faibles, — sera remplacée avec avantage par l'administration des extraits osseux opothérapiques qu'on trouve maintenant parmi les spécialités pharmaceutiques. Il s'agit, bien entendu, d'*extraits d'os frais*, c'est-à-dire contenant le périoste, le corps osseux et les cellules médullaires débarrassées de leur graisse indigeste.

La reminéralisation de l'organisme doit être pratiquée sous la direction du médecin, qui est seul compétent pour en connaître les contre-indications (artériosclérose, etc.).

HYGIENE BUCCO-DENTAIRE CHEZ L'ENFANT. — Tout ce qui a été dit, au commencement de ce chapitre, sur les moyens de défense naturels et artificiels de l'organisme contre le polymicrobisme buccal s'applique évidemment à l'enfant comme à l'adulte.

Mais une considération domine la pathologie buccale pendant l'enfance et même chez l'adolescent. C'est que, depuis le sixième mois environ jusqu'à l'âge de treize ou quatorze ans, et plus tard vers dix-huit ans, les maxillaires sont le siège du travail de la dentition, consistant dans l'éruption successive des dents de lait, dans la chute de ces mêmes dents et dans l'éruption des dents permanentes. Les maxillaires subissent donc, du fait du processus de la dentition et de leur propre croissance, des modifications qui les mettent en état de réceptivité vis-à-vis des microorganismes buccaux. "Le tissu osseux des mâchoires et, en particulier, le tissu alvéolaire, très poreux, très vasculaire, et qui dans tout le temps de la dentition est en mouvement de résorption incessant, constitue un milieu d'absorption spécialement dangereux pour les éléments infectieux arrivés à son contact. Cette voie se trouve pour ainsi dire normalement ouverte même, quand une dent nouvelle va faire éruption, quand une dent de lait va perdre sa racine résorbée pour faire place à une dent permanente; et si, dans ces périodes de transition, qui se répètent à chaque instant, pour chaque espèce de dent, des causes d'infection locale ou générale se rencontrent, — et celles-ci existent toujours plus ou moins, — l'envahissement de l'organisme se fait par la muqueuse ou l'alvéole, pour déterminer des accidents proches ou éloignés."

Les accidents de dentition reconnaissent en effet pour cause essentielle la pénétration sous-gingivale des microbes buccaux et leur pullulation dans un terrain particulièrement propice. Ils ont été étudiés au cours de Pathologie.

C'est au moment de l'établissement des molaires définitives, à six ans, à douze ans, à vingt ans, que se développera dans un milieu infecté la stomatite ulcéro-membraneuse, la poussée dentaire ayant réduit la résistance de la gencive.

Pendant le travail de la dentition, les lésions banales de la carie dentaire peuvent entraîner de très graves complications. Le maxillaire inférieur, surtout dans sa partie postérieure, où les modifications dues à la croissance sont les plus profondes est, à cet âge, dans un état de congestion physiologique analogue à celui qu'on observe au niveau du bulbe des os longs en accroissement. Cet os est, de tous les os plats, celui où siège le plus souvent l'ostéomyélite des enfants, maladie secondaire à la carie dentaire et aboutissant très fréquemment à la nécrose d'une portion plus ou moins étendue du rebord alvéolaire.

rég
en
sec
dei
l
con
sité
gné
buc
«
gra
pas
con
aus
vue
des
serv
mal
favo
I
peti
d'in
fois
corp
A
serv
à pr
sans
com
men
les
devi
fait
d'ap
au r
mén.
Le
choc
mais
ment
De
cialis
l'y e
dent.

Rappelons aussi la localisation de l'adénite tuberculeuse dans la région cervicale, si remarquable chez les enfants; ici encore les ganglions en relation directe avec les lymphatiques bucco-dentaires sont infectés secondairement par le bacille de Koch introduit dans une ou plusieurs dents cariées.

Les maladies éruptives, si communes que peu d'enfants y échappent complètement, comportent des complications locales (stomatites, glossites, etc.), de voisinage (parotidites, otites, etc.) ou même plus éloignées (bronchopneumonies, etc.), causées par une infection d'origine buccale.

On voit que la nécessité des soins d'hygiène dentaire est encore plus grande, si possible, chez l'enfant que chez l'adulte. Ces soins ne doivent pas être donnés seulement après l'éruption des dents de remplacement, comme on le croit trop souvent dans le public. Les dents de lait sont aussi utiles que le seront plus tard les dents définitives, au point de vue de la mastication. De plus elles servent à la croissance régulière des mâchoires, des muscles masticateurs et des dents permanentes. Préserver les dents de lait, c'est donc éviter à l'enfant des douleurs, des maladies locales et générales et, pour l'avenir, des irrégularités dentaires favorisant le développement des caries.

Dès l'âge de trois ans, on peut apprendre à l'enfant à se servir d'une petite brosse douce et du savon ou de la poudre, en utilisant l'esprit d'imitation. On lui fera pratiquer cette toilette buccale au moins deux fois par jour, au lever et au coucher, avec les autres soins de propreté corporelle.

Ainsi que nous l'avons dit pour l'adulte, les dents de l'enfant doivent servir à mastiquer. Aussi n'est-il pas bon de lui donner exclusivement, à partir du neuvième mois, des bouillies; des purées que l'enfant avale sans goûter, ni insaliver, ni mâcher. Au contraire les aliments durs, comme les biscuits grillés, la croûte du pain, chassent par leur frottement les corps étrangers et activent la circulation non seulement dans les gencives, mais encore dans les ligaments alvéolo-dentaires. La carie devient rare quand les dents ont accompli leur travail normal. L'enfant fait son éducation sensorielle, reconnaît la qualité de la nourriture d'après ses sensations gustatives et cesse d'être un glouton condamné au regorgement et à la dyspepsie. Il faut se rappeler que l'enfant qui ménage ses dents les ménage uniquement pour le davier du dentiste. Le repas ne sera pas terminé par des aliments pâteux (confitures, chocolat, sucreries (susceptibles d'adhérer aux dents et d'y fermenter, mais par des fruits frais et mûrs (pommes, etc.) détergeant mécaniquement les dents.

Dès l'âge de quatre ou cinq ans, l'enfant sera conduit chez un spécialiste pour la visite de sa bouche. Il est évident qu'on pourra avoir à l'y conduire plus tôt, dans les cas de caries douloureuses ou d'abcès dentaires. Les dents de lait devront être traitées et obturées; les

parents seront informés que les molaires de lait ne doivent tomber qu'entre dix et douze ans et que les dents de six ans sont des molaires définitives. Pour surveiller l'éruption des dents permanentes, la chute successive des dents de lait, et traiter dès le début les caries des unes et des autres, des visites régulières s'imposent; il est bon de recourir à quatre examens par an, une fois chaque trimestre.

Un mot sur la conduite à tenir vis-à-vis des enfants. Leur docilité à se laisser examiner et soigner dépend à la fois des parents et du dentiste. S'ils ont au préalable assisté quelquefois aux soins donnés à leurs parents et si on ne leur a pas présenté ces soins sous un aspect désagréable, ils seront eux-mêmes désireux de s'asseoir à leur tour sur le fauteuil et d'imiter les grandes personnes. On se bornera au besoin, pendant la première séance, à un simple examen ou à un pansement pour calmer leur appréhension et, sauf de rares cas d'indocilité, on obtiendra d'eux tout ce qui sera nécessaire. Une autre recommandation, c'est d'éviter de tromper les enfants; si l'on a à leur extraire une dent, il vaut mieux les en prévenir, au risque de quelques scènes de pleurs, que de la leur enlever par surprise. Sinon on aura perdu leur confiance, et il sera très difficile ultérieurement de leur donner les moindres soins dentaires. Au surplus, le dentiste qui aime les enfants saura les traiter avec douceur et s'en faire non pas craindre, mais aimer à son tour.

V — PROPHYLAXIE ORALE

Le terme communément employé par la profession : nettoyer les dents ne définit pas suffisamment la signification de l'opération et ne donne pas la moindre idée de son importance non plus que de sa magnitude. Le dentiste doit à son patient, aussi bien qu'à lui-même, de lui faire comprendre le terme *Prophylaxie Orale*. Et de toujours l'employer de préférence à nettoyer.

Beaucoup de Dentistes, trop nombreux malheureusement, ne font consister le nettoyage, qu'à un simple brossage sans même enlever les dépôts de tartre accumulés sur les surfaces linguales des dents. La population des villes commence à se rendre compte de l'importance de la prophylaxie, et un grand nombre vont régulièrement chez leur Dentiste deux à quatre fois l'an se faire nettoyer les dents. Inutile d'insister sur le bénéfice qu'elles en retirent. Le Dentiste qui néglige cette si importante opération n'est pas bien vu de sa clientèle, et il est considéré comme un homme négligeant ses patients, et il s'expose à ce qu'un confrère plus minutieux lui enlève une clientèle très désirable. Ou encore certains praticiens attachent si peu d'importance à cette opération, ou ils apprécient leur temps à si peu de chose, qu'ils ajouteront le nettoyage par dessus le marché. Ce moyen de procéder n'est pas pour donner au patient une haute idée de l'importance de la prophylaxie. Disons aussi que cette branche de l'enseignement était plutôt négligée dans nos écoles dentaires, et ils sont nombreux les gradués sortis des

écoles, sans avoir vu une démonstration pratique de la prophylaxie, faite par un professeur ou un démonstrateur.

Habilité Requise.

Il y a quelques années on était d'opinion que n'importe qui pouvait faire convenablement un nettoyage, mais aujourd'hui il est un fait reconnu que la prophylaxie exige du praticien, une réelle habileté technique et une connaissance approfondie des conditions pathologiques pour le traitement médical. Généralement l'introduction des matières obturatrices est une affaire de routine, mais il n'en est pas de même de la prophylaxie, car plus nous en faisons plus nous nous rendons compte qu'elle exige une plus grande dextérité de doigté que n'importe quelle autre opération dentaire.

Nous savons que la majorité des patients ne peuvent conserver leur bouche en état septique sans l'assistance du Dentiste.

Nous savons aussi l'importance de la prophylaxie pour le patient, et que en raison même de sa grande importance, nous sommes en droit d'exiger pour sa pratique, une compensation rémunératrice qui nous permettra d'y accorder plus de temps et d'attention.

Obtenir une dentition parfaitement nette est un problème difficile à résoudre. Il est de notre devoir d'apporter à ce travail tout le temps et le soin possible, dans le cas d'un patient qui sait apprécier l'importance de ce travail, nous devons lui accorder tout le temps nécessaire au parfait nettoyage de ses dents.

Quand est-il opportun de nettoyer les dents de nos patients ?

Il ne viendrait pas à l'idée d'un chirurgien d'entreprendre une opération chirurgicale quelconque, sans avoir au préalable, bien nettoyé et stérilisé tout son champ opératoire, mais le chirurgien-dentiste ignore absolument ce *modus operandi* du chirurgien. Je suis d'opinion qu'aucune opération dentaire ne devrait être entreprise sans d'abord parfaitement nettoyer et aseptiser la bouche et les dents. Ce devrait être une affaire de routine.

Il y a plusieurs avantages dérivant de cette méthode. 1° Elle place l'opération prophylactique sur un plus haut niveau, que si elle est faite après la complétion des autres opérations. 2° Cela nous permet de faire ressortir auprès du patient, les points les plus importants de l'hygiène buccale. 3° Le Dentiste se protège ainsi contre l'infection possible, si quelques débris s'introduisaient dans une blessure de la main. 4° Elle protège l'opérateur du danger de l'infection de la fièvre de foin, la grippe, la tuberculose, parce que si la bouche est bien nettoyée, le danger d'infection est réduit à son minimum. 5° Il n'y a pas de doute que la bouche et les dents étant bien nettoyées de tous les dépôts avant

Ingrédients employés pour le nettoyage des dents.

On peut employer la pierre ponce pulvérisée ordinaire, mais il est préférable de se servir de la poudre porphyrisée, mélangée soit avec de l'iode, soit avec de l'alcool ou du peroxyde d'hydrogène.

L'iode tache, l'alcool est le meilleur antiseptique, et le peroxyde est préférable pour enlever les taches verdâtres.

Pour les taches de tabac, mélangez une cuillère à thé de poudre avec dix gouttes d'acide sulphurique aromatisé. On peut encore l'employer quand la bouche est en mauvaise condition.

Si la bouche est assez propre, mélangez un peu de bonne poudre à dents avec un peu de pierre-ponce porphyrisée.

L'emploi de la poudre de pierre-ponce, laisse après son usage une surface nette, lisse, mais terne et dépolie. Or pour bien empêcher l'adhérence des débris alimentaires sur la surface des dents, il faut que ces dernières soient en plus d'être nettes, parfaitement bien polies, pour atteindre ce résultat, on se sert d'une poudre très fine, excessivement polissante telle que l'oxide Stanneux. Cette poudre doit être employée sèche avec des disques soit de cuir brut, soit encore de liège. En très peu de temps la surface de l'émail prendra un poli très brillant.

L'emploi de l'oxide stanneux peut présenter chez les personnes idiosyncrasiques, certains inconvénients, à cause de son action nocive. On recommande de préférence d'employer le magma ferrique. Mais jusqu'à présent je n'ai pu m'en procurer. Les chimistes pour la plupart ne semblent pas en connaître la nature, ni la formule.

VI — SOINS USUELS

On peut affirmer catégoriquement qu'une hygiène dentaire sérieuse et bien comprise rend excessivement rare le développement des caries et la formation du tartre, et réduit à néant ou à un minimum infime les accidents douloureux ou inflammatoires dont la cavité buccale est le siège, et, conséquemment, les infections générales qui puisent leur origine ou leur gravité dans les manifestations pathologiques de la bouche.

Il est impossible cependant de s'assurer à jamais contre la plus petite carie ou le plus léger dépôt de tartre ; on ne peut annihiler entièrement les fermentations acides de la bouche, les microbes de la carie, pas plus que les prédispositions d'hérédité, de tempérament ou d'état, et il existe en outre, certaines exceptions qui paraissent défier les règles de la logique et semble rendre les soins prophylactiques dentaires illusoire ou inutiles. C'est ainsi que l'on remarque " fait extrêmement rare cependant " certains sujets possédant de nombreuses dents cariées malgré les soins journaliers les plus assidus, tandis que d'autres conservent toute leur vie leur dents à peu près intactes malgré l'absence totale de soins dentaires.

Il y a là une anomalie remarquable et très peu fréquente d'ailleurs, sur laquelle on ne peut se baser par suite de son caractère même d'exception.

D'ailleurs les statistiques suivantes de MM. Christiani et Rilliet, de Genève, et du Dr. Nolin de Montréal démontrent surabondamment, chez les négligents de l'hygiène, la très grande fréquence de sujets atteints d'affections dentaires, en comparaison, surtout, avec les autres maladies.

A Genève, sur 8,753 élèves on a constaté :

Etat général mauvais	1%
Suspects de tuberculose	3%
Atteints de parasites " cuir chevelu "	3%
" d'inflammation de l'œil	27%
" de maladies des oreilles	10%
Atteints de maladies du nez	
" " de la bouche, pharynx, larynx	5%
Et voici pour la bouche et les dents :	
Ayant besoin de soins dentaires urgents	38%
" " " "	57%

Et l'implacable statistique indique pour ces 8,753 élèves examinés le chiffre de 56 685 dents cariées.

A Montréal en 1912 eut lieu une exposition du bien être de l'enfance. Le Bureau des Gouverneurs des Chirurgiens Dentistes, saisissant cette occasion exceptionnelle de contribuer à l'éducation populaire, institua sous la charge du Dr. Nolin, un bureau d'examen qui nous fournit des statistiques aussi éloquantes qu'implacables.

Plus de 3200 bouches furent examinées chez des personnes de tous âges et de toutes conditions, cependant la très grande majorité de ceux qui se présentèrent à cet examen volontaire furent des enfants.

Sur ce nombre 56 bouches seulement furent trouvées normales et saines ce qui établit une proportion de plus de 98% de bouches malsaines contenant des dents cariées exigeant les soins immédiats du Dentiste.

Ces **3200** bouches contenaient au-delà de **25.000** dents cariées ou malades ; une certaine quantité n'étaient pas irrémédiablement perdues et pouvaient être sauvées par l'obturation, mais une quantité très appréciable exigeaient l'extraction.

En règle générale, toute personne négligeant les soins usuels de la bouche s'expose volontairement à de grands dangers et à de grandes douleurs ; carie dentaire, tartre, mauvaise haleine, mastication insuffisante, maux d'estomac, abcès, fluxions, chute pré-naturée des dents, sinusite, stomatites, gangrène, infection générale, etc. pour aboutir parfois à ce point extrême : la mort.

Peu de gens se rendent compte de l'extrême gravité et de l'importance de cette question de l'hygiène dentaire, et cependant beaucoup savent que la bouche étant la porte d'entrée des neuf dixièmes des maladies infectieuses, toute négligence dans les soins de cet organe crée un milieu favorable à l'écllosion de ces maladies et particulièrement de la tuberculose. C'est ainsi qu'en compagnie des savants français les plus réputés, le professeur allemand

Moeller, de Berlin, a pu émettre, après les études et les observations les plus minutieuses, les conclusions suivantes :

I. De même qu'on appelle la tuberculose une maladie d'habitation, on peut l'appeler une maladie alimentaire. Le mauvais état des dents dans l'enfance est la cause d'une alimentation insuffisante et d'un mauvais développement, "de l'anémie, de la chlorose, des maladies de l'estomac et de la subnutrition."

II. La mauvaise hygiène de la bouche favorise la colonisation du bacille de la phthisie dans la cavité buccale de l'enfant et transforme la muqueuse et les glandes lymphatiques en de larges portes d'entrée pour les virus tuberculeux.

III. La carie dentaire, ainsi commune chez les enfants va favoriser indirectement, — au moyen d'érosions et de fissures de la muqueuse, — l'introduction du bacille de la phthisie dans l'organisme enfantin. La carie dentaire est aussi, souvent la cause de maladies infectieuses des ganglions sub-maxillaires et des amygdales, par lesquels leur pouvoir offensif contre la colonisation du bacille de la phthisie est considérablement diminué.

IV. Le manque d'hygiène bucco-dentaire est une des causes les plus fréquentes de l'infection dans l'enfance par le bacille de Koch, ainsi que les muqueuses buccale et pharyngienne sont dans la plupart des cas les portes d'entrée du même bacille. Une bouche mal soignée forme un *four d'incubation* naturel et un excellent *moyen de culture* pour le développement du bacille de la phthisie.

V. La muqueuse buccale de l'enfant, mal soignée et facilement pénétrable, offre au bacille une superficie d'attaque et une porte d'invasion beaucoup plus amples que les dents cariées qui ne possèdent que peu de vaisseaux lymphatiques.

Ces conclusions admises par tous les savants prouvent une fois de plus le danger des bouches malsaines et des dents cariées. Au contraire, une bouche propre et des dents saines donnent une sécurité quasi absolue sur tous les risques d'infection locale ou générale et assurent des avantages sans nombre à leur heureux possesseur, avantages qui existent tant que dure le *statu quo* buccal.

Tout sujet désireux d'avoir la cavité buccale "et les organes qu'elle renferme" en état de santé, de sécurité et de propreté rigoureuses tout en leur demandant leur maximum de services, doit :

1. Faire nettoyer minutieusement les dents par le dentiste;
2. Faire extraire toutes les dents ou racines insoignables;
3. Faire soigner et obturer toutes les dents et racines susceptibles de traitement;
4. Faire remplacer à l'aide d'appareils de prothèse les dents absentes.

Cette quadruple opération faite, et il est indispensable de la subir lorsqu'elle est indiquée, les soins hygiéniques futurs seront uniquement du ressort de chaque individu.

VII — HYGIENE BUCCALE CHEZ LES ENFANTS,

L'hygiène de la bouche chez les enfants, doit commencer dès la naissance, et doit être l'objet de la sollicitude des mamans, qui doivent avoir une connaissance suffisante des soins qu'exigent les bébés, dès le plus jeune âge.

Il ne faut toucher la bouche d'un bébé qu'avec des doigts extrêmement propres, et ne jamais permettre, sans nécessité absolue, aucune investigation de ce genre à des étrangers. Il faut proscrire énergiquement l'usage des hochets et particulièrement des hochets en argent. Ces instruments, doivent dans l'esprit du public, avoir pour but de favoriser l'évolution des dents par une sorte de compression ou massage des gencives, et partant de calmer la douleur causée par cette évolution. Les quelques avantages que peuvent avoir les hochets sont surpassés par de si grands inconvénients que cela devrait suffire à en faire repousser l'emploi.

Les hochets peuvent blesser et ulcérer la gencive, donner lieu à des abcès s'ils sont malpropres ou souillés par les mains sales du bébé, occasionner des fêlures ou des fractures des dents déjà sorties. Si l'on tient absolument à donner quelque chose au bébé, on lui donnera soit une racine de gingembre soit un hochet en caoutchouc non coloré, qui ne peut blesser la gencive ou les dents.

Le sevrage ne doit s'effectuer autant que possible que lorsque l'enfant a de huit à dix dents de lait, du douzième au quinzième mois, jamais l'été à l'époque des grandes chaleurs, mais de préférence l'automne et le printemps. On profitera d'une période de calme de la dentition.

Le lait artificiel devra toujours être bouilli avant d'être donné à l'enfant, on évitera ainsi la diarrhée infantile qui nous enlève des milliers de précieuses existences tous les ans.

Le lait, qu'il soit maternel, ou qu'il soit de vaches, fermente facilement dès qu'il est laissé à la chaleur, telle la bouche des enfants. La plupart des stomatites chez les enfants n'ont d'autre cause que la malpropreté de la bouche. Les particules de lait qui s'échouent dans la bouche fermentent rapidement et sont un champ fertile pour le développement des micro-organismes qui attaquent la muqueuse tendre et faible de l'enfant. Quand des infections telles que la stomatite folliculaire apparaissent, l'enfant ne peut plus se recourir convenablement.

Un lavage, convenablement fait, de la bouche de l'enfant aura de bons résultats. Ce nettoyage est facile à faire, il faut d'abord avoir les mains nettes puis enrouler autour de l'index un peu de coton aseptique que l'on trempe dans une solution d'acide borique. L'enfant est tenu dans les bras, la tête légèrement renversée en arrière, et comme dans cette position la plupart des enfants ouvrent la bouche, il est alors facile d'y introduire le doigt. Les endroits les plus essentiels à nettoyer, ne sont pas le dessus des gencives, mais bien en dessous de la langue, et les surfaces buccales des joues, là où le lait s'accumule de préférence. Ce nettoyage se fera au moins deux fois par jour, le matin après la toilette de l'enfant, et le soir avant le coucher. Ce procédé sera continué quand l'enfant aura atteint l'âge de neuf mois, et en plus, alors il faudra prendre soin d'essuyer tout autour des dents percées.

Ve
de c
nant
cives
donn
con
pou
Ceci
tion.
vir l
tude
nallet
de d
envia

No
sont
neate
phase
amèn
bien
car el
maie

N'
alors
nous
laisso
pou
faits
d: se
aux

De
à leur
dével
voyor
parfo
la der
arrivi
des p
eafin
nique
grand
vulsio
grand
vulsio
ne pe
moins
miv
et la f
un eu

ENTS,

naissance,
r une cen-
e âge.

ment prog-
tation de
s échets
vent dans
ts par une
er la dou-
vent avoir
a devrait

des abcès
nner des
ument à
quin avec
ncive cu

fant a c'e
à l'épo-
s. Cn

fant, on
écieuses

rent des
les sto-
bouche.
domet
qui at-
s telles
ir cen-

ns ré-
nettes
trcmje
te lé-
rt des
es en-
mais
e lait
jour,
océdé
a'ors

Vers le dixième mois il est sage de se procurer une brosse soyeuse en poils de chameau, pour brosser les dents avec une solution d'acide borique, donnant à la brosse un mouvement rotatoire, ayant soin de brosser aussi les gencives. A cet âge il est parfois difficile de réussir à décider l'enfant à se laisser donner ce soin, aussi est-il préférable que se soit la maman qui s'en charge comme d'un jeu; peu à peu l'enfant y prendra goût et le désirera même. On pourra alors brosser légèrement les gencives et leur faire un léger massage. Ceci aura pour effet de stimuler la poussée des dents et de faciliter leur éruption. Si cet esprit de jeu est bien soutenu, l'enfant apprendra jeune à se servir lui-même de la brosse à dents, et pour peu qu'il soit encouragé, l'habitude qu'il contractera deviendra tellement ancrée chez lui que ce soin journalier ne s'oubliera pas, avec le résultat qu'il s'évitera de nombreux maux de dents, et l'homme ou la femme de l'avenir jouira d'une dentition aussi enviable que parfaite.

Nous devons instruire les mamans, que dans la petite mâchoire du bébé sont cachées vingt dents, et qu'en plus, il y a les germes des molaires permanentes; ou, pour s'étendre davantage, il y a cinquante-deux dents à diverses phases de développement; et que ce travail de construction de la nature a lieu nécessairement chez l'enfant un état d'affaiblissement. La santé et le bien être de l'enfant dépendent fondamentalement de ses dents temporaires, car elles sont destinées à servir jusqu'à leur remplacement par les dents permanentes.

N'oublions pas que le corps de l'enfant augmente du double en pesantur alors qu'il possède ses dents de lait. Si nous négligeons ces dents et que nous les laissons se couper à la hauteur de la gencive par la carie, ou si nous laissons se former des abcès, nous savons parfaitement bien que le corps ne pourra pas se développer normalement comme il le devrait. Ce sont là des faits élémentaires que nous sommes sujets à oublier facilement, aussi est-il bon de se les rappeler quelques fois à la mémoire et de les enseigner aux parents, aux instituteurs, et aux enfants eux-mêmes.

Des milliers d'enfants meurent chaque année à cause de nourriture impropre à leur alimentation, leur occasionnant des troubles digestifs qui entravent le développement normal des dents, et retardent leur éruption. Souvent nous voyons de ces troubles arriver pendant la dentition et causer des convulsions parfois assez fortes pour devenir mortelles. Certains auteurs affirment, que la dentition étant un processus physiologique, tout symptôme déplaisant arrivant pendant cette période de forte tension sur le système, est de la faute des parents. Cependant les expériences personnelles de ceux qui ont eu des enfants et ont pris toutes les précautions nécessaires, tant au point de vue hygienique, qu'alimentaire, sont, que même malgré toutes les précautions et les plus grands soins, on ne réussit pas toujours à empêcher ces maladies ou ces convulsions. Ce qui prouve qu'il faut prendre toutes les précautions et les plus grands soins, on ne réussit pas toujours à empêcher ces maladies ou ces convulsions. Ce qui prouve qu'il faut prendre toutes les précautions et que si on ne peut pas toujours prévenir ces troubles de la dentition, on peut tout au moins en amoindrir les effets. Nous savons aussi qu'un enfant recevant une mauvaise alimentation est apte à avoir un ralentissement dans la croissance et la formation des os, et que de plus sa peau sera vilaine et terreuse. Pour un enfant qui meurt de ces mauvais soins, combien de centaines d'autres

mènent une vie misérable, et souffrent de la négligence ou de l'ignorance de leurs parents.

L'évolution des dents temporaires aux dents permanentes, pourrait être comparée à un pont de chemin de fer que l'on est obligé d'élargir pour répondre au trafic; ces travaux seront considérables et cependant le passage des trains devra se faire comme à l'ordinaire. Le vieux tablier sera enlevé et un nouveau sera installé, sans nuire en rien au trafic. Un seul train serait il retardé que cela emmènerait de graves complications sur toute la ligne. Il en est de même avec l'enfant; les dents de lait reçoivent leur trafic et elles doivent être là pour le recevoir; l'une après l'autre, elles tombent pour être remplacées aussitôt par une permanente. Cette opération doit se faire sans causer à l'enfant plus d'ennui que n'en cause au chemin de fer, l'amélioration d'un pont. Si une déféctuosité quelconque survient à une ou plusieurs dents entravant leur fonction normale journalière, nous trouverions alors des défauts chez l'individu lui-même. Il est de notre devoir, alors, de prévenir les parents sur l'importance de donner à leur enfant une alimentation substantielle et reconstituante.

L'une des plus grandes difformités qui puisse affliger un enfant, c'est certainement cette posée en avant de l'une ou l'autre mâchoire. Dans la plupart des cas cette déformation est due à l'usage prolongé des sucres, têtines, ou de l'étrange manie qu'ont certains enfants de se sucer le pouce. Avec de telles habitudes, il est impossible que l'une, sinon les deux mâchoires ne se déforment pas. Une autre conséquence assez fréquente de la funeste habitude de se sucer le pouce, est que la poussée des dents incisives est arrêtée avant leur complète éruption, laissant un espace libre entre les deux mâchoires. C'est là une déformation grave et très difficile à corriger. En plus du prognathisme, cette habitude peut amener des amygdalites et des tumeurs adénoïdes. Beaucoup de médecins reconnaissent ce danger et recommandent d'employer sur la bouteille une tétine en caoutchouc de la grosseur du doigt, laquelle sera lavée et stérilisée après chaque usage.

Vers l'âge de trois mois, l'enfant doit apprendre à boire, à la cuillère ou au verre. On évitera ainsi d'habituer l'enfant à la suce, quand l'enfant a ses incisives et ses molaires, il cherche à mordre et à mâcher tout ce qui lui tombe sous la main; il est donc évident que la nature veut que ces dents servent à quelque chose, qu'elles ont besoin d'exercice. L'enfant ayant alors atteint l'âge de neuf à douze mois, est assez vieux pour digérer en plus du lait, des aliments amylacés. On lui donnera donc alors une croûte de pain bien cuite, du blé entier concassé, et du pain de son; ces substances contiennent des principes nutritifs et possèdent assez de rudesse pour amener un léger effet laxatif. Il n'est pas sage ni prudent de donner de la viande à cet âge, mais des os bien dégarnis de la viande et des ligaments, qu'on lui permettra de sucer, ne lui feront quo du bien. Une autre erreur courante veut que l'enfant alimenté au lait, n'ait pas besoin d'aucun autre liquide. Le lait est bien liquide, mais il doit être considéré comme un solide, parce qu'aussitôt absorbé il se solifie. Souvent l'enfant pleure pour une goutte d'eau, et la nourrice assurément bien intentionnée mais ignorante, cherchera à le calmer avec plus de lait. Un peu d'eau donné à l'enfant entre les repas évitera bien souvent la constipation. Une foule énorme de personnes avalent leurs aliments sans les mastiquer; une des causes de cet état de chose, est l'alimenta-

tion
de
che
leur
non
men

L
qu'i
essa
l'ha
les
mast
voja

Sc
cepe
serv

Il
tanc
gean
un p
du d

Si
doul
habi
d'en

Q
collé
tract
cons
tout

Q
nég
man
conc
les c
dans
tout
que
atte
l'on
futur
pass
anci
com

N
blen
carié

tion défectueuse pendant le jeune âge, on abuse des aliments mous, semi-liquide qui s'avalent sans mastication. Tous les enfants aiment à s'emplir la bouche d'aliments, mais ils ne peuvent les avaler sans les mastiquer. Donner leur donc des aliments durs, solides et sains, et surtout secs. La mastication, non seulement active la sécrétion des glandes salivaires, mais contribue largement au développement des muscles, des mâchoires et des dents.

L'éducation de l'enfant se fait surtout par l'exemple, on dit d'un enfant qu'il est singe, c'est tout simplement chez lui un esprit d'imitation qui lui fait essayer tout ce qu'il voit faire par ses aînés. Pour qu'un enfant prenne bien l'habitude de se brosser les dents il faut qu'il voit sa mère en faire autant tous les jours. Il en est de même pour la mastication, apprenez vous-même à mastiquer vos aliments complètement et entièrement, et votre enfant vous voyant faire, fera de même instinctivement, sans autre argument.

Souvent un enfant criera et pleurera si on essaie de lui brosser les dents, et cependant il demandera à se les brosser lui-même quand il verra sa mère se servir de sa brosse.

Il est lamentable de voir combien les parents se désintéressent de l'importance de brosser les dents de lait de leurs enfants. Si l'enfant pleure en mangeant du sucré, ou s'il pleure du mal de dents la nuit, alors on s'inquiètera un peu, si l'on pouvait seulement leur faire comprendre que c'est là le signal du danger, et qu'il est déjà trop tard pour sauver la dent malade.

Si les mères pouvaient seulement réaliser tout ce qu'elles peuvent éviter de douleurs à leurs chers petits, elles ne négligeraient pas ainsi leurs dents, elles habitueraient leurs enfants à considérer le dentiste comme un ami, au lieu d'en faire un croquemitaine qui va les dévorer s'ils ne sont pas sages.

Quand l'enfant nous arrive avec une dent infectée, les bords gingivaux décollés et remplis de matière ou de débris alimentaires en décomposition, l'extraction s'impose, si la dent est sensible au toucher, le traitement pour sa conservation sera si douloureux qu'il en gardera un souvenir éternel et aura toute sa vie une peur affreuse du dentiste.

Quand nous songeons au nombre de dents de laits qui sont sacrifiées par négligence ou ignorance, quand nous constatons que quantité de dents permanentes cariées ont été la cause directe de mort, ne semble-t-il pas que ces conditions devraient être réduites à un minimum, et que, au lieu d'attendre les cris et les pleurs de l'enfant, la profession toute entière devrait s'unir dans un grand effort d'éducation populaire, et forcer les pouvoirs publics de tout le pays, à imposer une sorte d'inspection, un système de surveillance tel, que les parents et les éducateurs soient forcé d'y appoiter une plus grande attention. Et dans peu d'années cette condition rétrograde des dents que l'on constate chez la génération actuelle, serait enrayée, et la génération future pourrait montrer une dentition aussi parfaite que celle des générations passées. Nos enfants naissent aussi forts, en aussi bonne santé que ceux des anciens temps. Ils ont d'ausi bons os, et avec une hygiène dentaire bien comprise, les dents seraient en accord avec le reste.

Nodine appelle l'attention sur le fait "qu'une dent de lait cariée considérablement, rend cinq dents impropres à la mastication, c'est-à-dire la dent cariée, les dents voisines et les deux antagonistes." Dans un même article il

commente le résultat d'un examen fait dans les écoles publiques de Brslau, sur les déficiences de la prononciation, qui montrent que dans la moitié des cas, elles sont dues à des causes d'origine dentaire, soit à des dents cariées, des dents absentes, ou à des déformations." Pour la prononciation parfaite de certains sons, les dents de lait doivent être dans leur position normale, et être saines. Les incisives sont nécessaires pour l'émission des "s." Quand les molaires sont absentes ou hors de leur alignement, et que l'arc est rétréci, un sifflement est souvent produit. Ce sifflement prend force d'habitude et se continue pour la vie. J'affirme qu'une seule dent cariée rend toutes les dents d'un côté de la mâchoire inutiles.

La mastication sur une dent cariée est toujours douloureuse, aussi l'enfant prend-il vite l'habitude de ne plus manger sur le côté de la dent cariée, perdant ainsi la moitié de son pouvoir masticatoire, et par le fait mâchant moins, puis une dent se carie à son tour, sur l'autre côté de la mâchoire, il redoutera de faire la moindre mastication et avalera ses aliments tout ronds. Il contractera donc dès sa plus tendre jeunesse, la funeste habitude de ne pas mastiquer ses vivres, et même en possédant ses dents permanentes intactes et parfaites, il continuera à avaler sans mastiquer avec le résultat inévitable de troubles digestifs, de non-assimilation et par le fait même menera une vie misérable et abrégera ses jours.

LA DENT DE SIX ANS

Le Dr. Woodbury, de Boston, nomme la dent de six ans, l'instrument de travail de la mastication. Je l'appelle *la clef de toute la dentition*. Leur fonction commence dès l'âge de six ans pour se prolonger toute la vie; d'elles dépend la croissance non seulement des mâchoires, mais de tout le système; d'elles dépend la bonne santé générale durant toute la vie.

De leur absence dépendent une foule d'irrégularités, de mal-occlusion, de cul-de-sac pour ramasser les aliments, de mâchoires contractées, et de quantité de conditions pathologiques. Il suffit d'examiner la bouche de quelques sujets, pour se convaincre du nombre surprenant de personnes qui ont perdu une ou plusieurs de leur premières molaires. Ces dents venant se placer immédiatement en arrière des dents de lait, les parents n'en prennent pas plus de soins que des temporaires, croyant qu'elles aussi sont destinées à être remplacées. Elles sont généralement recouvertes d'une épaisse couche limoneuse de débris alimentaires qui ont toute la facilité voulue pour fermenter et contribuer à l'augmentation des microbes et des germes de la carie. A la suite d'examens faits chez les enfants de six à quinze ans à "The Home for the Friendless" dans les hôpitaux de la ville, et chez les étudiants des écoles dentaires de Boston, on a constaté que le défaut le plus répandu, était l'absence des dents de six ans, et plus particulièrement à la mâchoire inférieure. Si ce n'était que la perte seule de ces dents, le mal ne serait pas si grand, mais la nature dans ses efforts pour remplir cet espace, incline les quatre ou cinq dents voisines, les rejetant en dehors de leur position, et les rendant tout-à-fait impropres à la mastication.

Il est du devoir impérial de tous les professeurs d'hygiène dentaire, de faire voir au moyen de tableaux ou de transparents les résultats de cette condition, ou à défaut d'en tracer un dessin sur le tableau noir.

Le Dr. Potter dans un article publié par la Commission d'Hygiène Dentaire, du Massachusetts, dit, en rapport avec les statistiques qu'il a rapportées à Brookline Mass. "La dent de six ans a été justement dénommée par le Dr. Bogue, la principale de l'homme. Tous j'en suis sûr, vous conviendrez de la justesse de cette désignation. Si cette dent est en grande partie ou totalement détruite, l'efficacité de la mastication est grandement réduite. Sur 345 élèves de onze à quatorze ans, 18 pour cent avaient perdu les couronnes des deux dents de six ans inférieures, et 24 pour cent en avaient perdu une. Chez ces mêmes élèves, 6.9 pour cent avaient perdu les couronnes des premières molaires supérieures, et 13 pour cent en avaient perdu une. La meilleure chose à faire, serait de recouvrir cette dent dès qu'elle a fini son éruption, mais comme bien peu de gens y consentent, devons-nous au moins insister sur les soins journaliers, indispensables à sa conservation.

L'extraction prématurée de la dent de six ans peut amener de graves irrégularités dans la dentition. En effet, supposons que les deux premières grosses molaires aient été extraites vers l'âge de dix ans, ce qui arrive trop souvent, le développement de la mâchoire pour recevoir la dent de douze ans s'arrêtera, car un espace se trouvant là tout fait, la nature ne travaillera pas inutilement, mais fera pousser la deuxième molaire à la place de la première, mais elle ne prendra pas cette place parfaitement, étant destinée à venir plus en arrière elle a commencé sa poussée en conséquence, et si elle prend la place de sa voisine ce sera imparfaitement, avec une pente accentuée en avant. Le premier résultat est que la surface triturante ne rencontrera la dent antagoniste que par ses cuspides postérieures. Deuxièmement, par sa position la pression qu'elle exercera sur les dents de la mâchoire supérieure, sera de nature à les pousser en avant, et ainsi amener une difformité réelle de la figure. Troisièmement, la mâchoire inférieure ne s'étant pas développée normalement, sera donc plus courte que la supérieure, augmentant la difformité que je viens de signaler. Cinquièmement, la seconde petite molaire n'étant pas soutenue postérieurement, inclinera en arrière avec le résultat, qu'elle aussi aura une articulation nulle, ce qui fait pour chaque côté de la mâchoire, une grosse molaire absente, une autre ne servant pas ou à peu près, une petite molaire inutile, et les trois antagonistes qui ne peuvent non plus servir à la mastication, soit : six dents perdues par l'extraction d'une seule. Par conséquent la perte de deux dents entraîne la perte de douze dents. Vous voyez par là qu'il faut bien y réfléchir avant de faire l'extraction d'une première molaire chez un enfant, et essayer par tous les moyens possibles de la conserver.

Ayons toujours présent à l'idée que plus l'enfant est jeune, plus il a besoin de toutes ses dents.

VIII.—DE LA MASTICATION

De l'examen des crânes des races primitives, il résulte que chez ces peuples, la carie dentaire était plutôt rare, surtout si nous faisons la comparaison avec les conditions d'aujourd'hui. La cause en est certainement due à ce que les aliments d'alors, beaucoup plus grossiers que de nos jours, exigeaient une mastication plus forte, plus longue et plus complète ; ce qui explique pourquoi les cuspides de ces dents sont excessivement usées. Un tel état de chose chez les enfants d'aujourd'hui, serait considéré comme une anomalie. Il est donc du devoir du Dentiste d'instruire ses patients de ces faits et de faire ressortir la nécessité de toujours avoir sur la table des aliments exigeant une complète

mastication. Un tel enseignement n'aura certainement pas une grande popularité au début, mais il y aura un certain nombre de personnes qui, frappées par la logique de ce raisonnement, mettront en pratique vos conseils, et vous en auront une vive reconnaissance. Il est malheureux que les dents de nos enfants soient si négligées justement au temps où ils en ont un si grand besoin pour leur croissance. C'est généralement à l'âge de huit à douze ans que s'opère chez les enfants le plus grand développement, et les statistiques scolaires nous font voir que la grande majorité sont des infirmes de la bouche. Il est temps que la profession dentaire s'éveille et comprenne qu'il est de son devoir de faire pénétrer dans l'esprit de ses patients et du public en général, l'importance primordiale du soin des dents et de la prévention de nombreuses maladies. Enseignez leur qu'ils doivent donner à leurs enfants une nourriture exigeant une forte et longue mastication. La viande dure des restaurants devrait être considérée comme un bienfait, et ceux qui s'en nourrissent devraient en être satisfaits et savoir en profiter par une bonne mastication. Je suis certain que si vous voulez en faire l'expérience vous vous en trouverez bien.

Les muscles en général ont besoin pour se bien développer, et pour garder leur forme, de recevoir un exercice suffisant, il en est de même des muscles de la mâchoire. La nature a pourvu l'homme d'une série de muscles masticatoires très fortement attachés aux mâchoires, afin que les aliments soient proprement mastiqués. Ces muscles sont soumis aux mêmes lois de développement et d'augmentation de pouvoir, que ceux des autres parties du corps. Il est facile de constater chez ceux qui mastiquent longuement, un développement de leur muscles plus considérable, que chez ceux qui ne mastiquent pas. Nous pouvons assurer que l'immunité de l'homme primitif contre la carie est absolument due à sa grande mastication des aliments. L'un des principaux facteurs sur lesquels nous devons le plus insister, dans notre campagne sur la prophylaxie buccale, c'est l'emploi judicieux de nos mâchoires. Le Dr. G. V. Black, dans son livre sur la "Dentisterie Opératoire", décrit un instrument, le gnathodynamomètre, par lequel la force de la mastication peut être mesurée. On a trouvé qu'elle était égale à trois cents livres de pression. La nature s'attend certainement à ce que nous fassions un usage judicieux de cette énorme force qu'elle a mise à notre disposition. Cependant nous sommes si peu logiques, que nos ménagères seraient désolées, si l'un des plats qu'elles nous ont préparés avec tant de sollicitude, exigeait de nous le moindre effort masticatoire. On dirait que tous les efforts des cuisiniers tendent à ne nous donner que des aliments tendres, mous, pouvant s'avaler sans mastication. A eux nous devons faire comprendre le mal-fondé de leurs efforts et que de nous priver de l'exercice masticatoire, c'est ruiner notre santé et abréger nos jours.

Beaucoup de personnes croient que la brosse et la poudre font plus de tort que de bien aux dents. Souvent de nos patients ont moins de crainte de l'obturation que du nettoyage de leurs dents, et quand nous leur conseillons l'usage journalier d'un dentifrice, ils croient que nous voulons ruiner leurs dents. Vous devez faire comprendre à vos patients que l'émail est la substance la plus dure du corps humain, et qu'elle peut supporter sans danger le dur travail de toute une vie. L'usure que la prophylaxie, le nettoyage des dents peut occasionner, est infinitésimal, comparée à la destruction qui surviendrait, si ces soins sont négligés.

IX. — DES CONFÉRENCES POPULAIRES SUR LES DENTS.

Le réveil de l'hygiène dentaire aux Etats-Unis est tel, que même dans les plus petits centres, on demande aux Dentistes de donner des Conférences publiques. La chose n'est pas toujours facile pour le dentiste, qui bien souvent est pris au dépourvu. En général les Dentistes n'ont pas l'habitude d'écrire des articles ou de donner des conférences, et souvent ces requêtes les placent dans une position embarrassante. De plus, la matière à développer est assez difficile à trouver et à mettre en état d'être bien à la portée de l'auditoire.

Quelques Dentistes oubliant qu'ils s'adressent au public ignorant les mots et termes techniques, se servent d'expressions tellement scientifiques, qu'elles seront lettres mortes pour l'auditoire. Le conférencier doit tenir un langage simple, clair et bien au point. Il doit être pratique et énoncer des faits, il doit illustrer son discours de tableaux ou de transparents.

Il ne faut pas oublier que le public est tout-à-fait ignorant sur ce sujet.

La Société Dentaire du Michigan a élaboré un schéma de conférence bien pratique dont suit les grandes lignes :

LES DENTS ET LEURS SOINS

Des examens récents des dents des enfants d'écoles dans toutes les parties du monde nous montrent que 96% de ces enfants ont les dents cariées.

Pensez y : Seulement quatre sur un cent ne souffrent pas du mal de dents. Ce ne serait qu'à demi-mal, si ces enfants n'avaient à souffrir que du mal de dents mais, du résultat de cette négligence, le mal de dents est le moindre de tous les maux qui en résultent. Le mal de dents n'est que le cri d'alarme du nerf qui se sent attaqué par la carie, et c'est sa manière à lui d'attirer notre attention et de nous dire que quelque chose va mal, quelque part : c'est le nerf qui demande qu'on le délivre du poison qui le tue.

Les statistiques nous prouvent que le développement physique et mental de l'enfant est considérablement retardé par les mauvaises dents.

Et plus le développement physique et mental de l'enfant est retardé, plus sa capacité est amoindrie.

Plus les dents sont mauvaises, moins l'enfant réussit dans ses études. Le Dr. L. H. Gulick, de la ville de New York, affirme que sur 40.000 élèves examinés, tous ceux qui avaient deux mauvaises dents ou plus, étaient d'au moins six mois en retard sur le grade qu'ils auraient dû occuper, s'ils avaient eu de bonnes dents. Les tumeurs adénoïdes étaient responsables pour près d'un an de retard.

Comme une pomme gâtée fera gâter toutes les autres du même quart, de même une dent cariée fera gâter sa voisine puis une autre, jusqu'à ce qu'elles le soient toutes. La carie qui commence avec les dents temporaires se transmet aux dents permanentes, et en très peu de temps, si on n'y met ordre, les secondes dents seront aussi mauvaises que les premières.

A cause de dents gâtées l'enfant avale ses aliments sans les mâcher, et il prend alors l'habitude d'avaler tout rond. Plus vieux, pour la même raison il fera encore de même, et l'habitude en sera prise pour la vie. La nourri-

ture qui n'est pas bien mastiquée, n'est pas digérée, et cause des indigestions et des maladies d'intestins, et si l'enfant n'en meurt pas, il restera toute sa vie, faible, et malade. Il sera imparfaitement développé, et deviendra facilement la proie de la tuberculose et de toutes les maladies qui attaquent les personnes faibles.

Ceci n'est pas exagéré, mais prouvé par l'expérience et les statistiques. Nous ne prétendons pas que les dents seules soient responsables de toutes les maladies, non, mais abusez de n'importe quelle autre partie du corps autant que vous le faites des dents, et vous serez assurés de succomber à la maladie.

Il semble étrange que ces organes si importants, aient été négligés à un tel point, alors que des savants se sont livrés à des études et à des recherches obscures, et comparativement sans importance, ils laissent de côté ces organes si précieux et en même temps si faciles d'accès.

Disons tout de suite, que pour avoir une bonne santé, des dents saines et une bouche propre sont absolument nécessaires; et si les dents sont employées tel que la nature le veut, elles seront un gros appoint dans la conservation de la santé et la prolongation de la vie.

Pour prendre soin de ses dents intelligemment, il faut tout d'abord les étudier un peu; savoir combien nous avons de dents dans la première dentition, et à quoi elles servent; combien nous en avons dans la seconde dentition, et quand elles percent; la relation qui existe entre la première et la seconde dentition, etc.

Un bon moyen pour faire rappeler combien il y a de dents dans la dentition temporaire, c'est de la comparer avec le nombre de doigts des mains et des pieds. Dix doigts, dix dents temporaires à la mâchoire supérieure; dix orteils, dix dents à la mâchoire inférieure; cinq de chaque côté à chaque mâchoire.

Les dents de lait sont presque toutes sorties vers la fin de la deuxième année. Les premières à sortir sont les incisives inférieures, vers le septième mois, règle générale elles sont remplacées à la septième année par les permanentes.

Les incisives sont pour couper, et leur nom dérive de la même racine que ciseaux.

Les autres dents de lait font leur apparition à intervalles rapprochés, jusqu'à ce qu'elles soient toutes sorties vers le vingt-quatrième au trentième mois.

Il est excessivement important que les dents temporaires demeurent en place sans être amoindries par la carie, jusqu'à ce qu'elles soient remplacées par leurs succédanées. Les dents de lait doivent être rejetées par les permanentes. Pourquoi est-ce si important? Beaucoup de parents croient que les dents de lait sont de peu de valeur et que leur perte prématurée n'a pas de conséquences, et que même plus tôt elles tombent, mieux c'est. On ne peut faire d'erreur plus grossière. Etudions pourquoi.

Nous avons vu l'effet malheureux qu'ont sur la mastication, les dents cariées ou douloureuses. Les dents et plus particulièrement les dents qui poussent ont besoin d'exercice tout comme les autres parties du corps. Quand les dents de lait sont cariées et sensibles au toucher, l'enfant avale ses aliments sans

les n
faire
tant

autr
en a
absé
dent

Q
cela
qui
là la

Q
sa p
cie.

B
dans
tuée
de g
ci qu

D
laire
sera
mâch
deho
elles

La
tomb
être
tienn
impr
fait
six a
quan
leur

Ce
un tr
toute

Q
une l
pour
tour

Q
choir

les mastiquer, et ainsi prive d'exercice les dents permanentes qui viennent de faire irruption. Il y a encore une autre raison pour laquelle il est très important que les dents de lait restent en position.

Lorsque les premières dents de lait incisives commencent à s'ébranler, une autre grosse dent, la plus importante de toutes, vient à peine de sortir juste *en arrière* des dents de lait. Si la dernière dent de lait ou sa précédente est absente ou si elles sont amoindries par la carie, cette grosse dent, qui est la dent de six ans, n'étant pas guidée en place, prendra position trop en avant

Quelque fois elle sera trop en avant de toute sa largeur. Quelle différence cela peut-il faire direz vous. La dent n'y est elle pas? Les autres dents qui pousseront plus tard, ne la reculeront-elle pas à sa place? Non; et c'est là la différence, c'est ce qui amène toute la difficulté.

Quand la plus grosse et la plus importante des dents pousse en avant de sa position normale, la mâchoire est raccourcie d'autant, et elle reste raccourcie.

Beaucoup croient que c'est la mâchoire qui contrôle la position des dents dans ce que nous appelons l'arc; c'est-à-dire dans le demi cercle où sont situées les dents; mais c'est encore là une grossière erreur que font beaucoup de gens. Ce n'est pas la mâchoire qui contrôle les dents, ce sont celles-ci qui contrôlent la grandeur et la forme de la mâchoire.

Dans cette mâchoire trop courte doivent se loger en avant de la grosse molaire cinq autres dents, comment elles vont pouvoir le faire, je le sais bien, ce sera en se posant en dehors de l'alignement, et c'est ainsi que nous avons une mâchoire dont les dents s'entrecroisent, se chevauchent, sont l'une trop en dehors de l'arc, l'autre trop en dedans. Elles sortent où elles le peuvent, où elles rencontrent le moins de résistance, sans rien pour les guider.

La sixième dent, ou dent de six ans, poussant avant qu'aucune autre ne soit tombée, est généralement regardée comme une dent de lait qui doit, elle aussi, être remplacée par une autre, et on la laisse se carier. Même les parents qui tiennent à ce que leurs enfants aient une bonne dentition, sont sous la fausse impression qu'elle doit tomber, et ils sont très surpris quand le Dentiste leur fait voir leur erreur et leur dit *qu'elle ne sera jamais remplacée*. La dent de six ans et les autres grosses dents qui la suivent ne poussent qu'une fois, et quand elles sont perdues c'est pour la vie. Elles ne peuvent être remplacées que par des dents artificielles, ce qui est un bien pauvre moyen, ne remplaçant leur absence que bien imparfaitement.

Cette dent de six ans est la plus importante de toutes, d'elle dépendent à un très haut degré la position, la conservation, la beauté et l'alignement de toutes les autres dents permanentes.

Quand toutes les dents sont dans leur position normale, elles forment une ligne elliptique de forme gracieuse, dont la nature semble être si généreuse pour la beauté et la symétrie du corps humain; elles possèdent alors un contour qui donne à la figure une harmonieuse symétrie.

Quand quelques dents ont été prématurément perdues, alors dans la mâchoire trop petite les dents se placent irrégulièrement, et brisent l'harmonie de

la figure, les lèvres sont tombantes, quand toute la symétrie des lignes de la face n'est pas complètement détruite.

Il y a un point plus important à considérer, bien que celui-ci soit suffisant pour quelquefois détruire tout l'avenir d'une vie. Ce point si important c'est l'emploi des dents tel qu'elles doivent être employées, pour la conservation de la santé.

Quand l'engrènement des dents est parfait, les surfaces masticatoires des dents aux deux mâchoires correspondent exactement, et comme les pierres des meules, elles peuvent broyer très finement les aliments, préparant ainsi convenablement la nourriture pour le processus de la digestion qui doit faire suite. Mais si une seule dent est perdue, alors l'engrènement est détruit et à moins qu'il n'y soit remédié au plus tôt par un habile Dentiste, l'œuvre des dents est amoindri, et la mastication parfaite devient chose du passé.

Il va sans dire aussi que les dents tassées, irrégulières, sont beaucoup plus difficiles à tenir propres. elles sont plus sujettes à se carier, et les gencives plus faciles à prendre les maladies qui leur sont propres.

Rappelez-vous toujours que la dent de six ans, la sixième à compter du centre, est la première des trente-deux dents permanentes, et, qu'avec le soin qu'on doit donner à toutes nos dents, elles doivent nous durer toute la vie. Pour que l'enfant possède de bonnes dents, il faut que dès le plus jeune âge, sa nourriture comprenne suffisamment de sels de chaux, pour leur fournir le calcaire nécessaire à leur formation. Ces sels sont d'une grande importance non seulement pour les dents, mais aussi pour les autres tissus composés de cellules semblables, tels que l'épiderme et les os.

L'enfant nourri à la bouteille, ou avec ces préparations pour bébés, qui encombrant le marché, a un immense retard dans son développement. D'après les savants qui ont étudié et analysé ces préparations, elles sont toutes défectueuses en sel reconstruisant du système osseux... Le meilleur substitut du lait maternel, est le lait de vache. Soyez prudents, ne vous laissez pas bernier par les annonces attrayantes de commerçants qui ne cherchent qu'à faire de l'argent, et qui ne connaissent pas le premier mot des besoins des enfants.

L'irruption des dents est un indice que le système de l'enfant est maintenant prêt à assimiler une nourriture plus solide, et si le choix en est bien fait, et si on enseigne l'enfant à bien mastiquer, il s'en trouvera bien.

Tous les repas doivent contenir des aliments exigeant une bonne mastication ; comme toutes les autres parties du corps, les dents, les gencives et les muscles de la bouche ont besoin d'exercice pour leur développement.

Au nombre des aliments contenant des phosphates de chaux nécessaires à la formation des tissus osseux, le blé tient le premier rang. Mais malheureusement dans le blutage exagéré que font subir à la farine les meuniers de nos jours, la plus grande partie des sels calcaires sont enlevés avec l'enveloppe du grain. Le froment quoique plus difficile de digestion, est le meilleur reconstituant des tissus, aussi devons-nous l'employer abondamment dans notre alimentation sous quelque forme qu'il se présente.

Le pain ne doit pas être mangé qu'au moins vingt quatre heures après sa cuisson. Le pain frais, surtout le pain blanc, forme dans l'estomac une masse

indigeste, qui en plus, fournit un bon aliment aux microbes de la fermentation occasionnant des troubles digestifs et intestinaux.

Le froment, le blé entier tel que le "shredded wheat, triscuit, etc., sont d'excellents aliments.

Les œufs, les farines d'avoine, de maïs, le riz, et presque tous les légumes contiennent des sels calcaires. Le bœuf en contient aussi. Une alimentation simple, mélangée, composée d'aliments naturels, contiendra tous les éléments nécessaires à une bonne santé et à de bonnes dents, pourvu qu'ils soient bien mastiqués, et que le système ne s'en fatigue pas.

Des expériences répétées, ont prouvé que des animaux nourris d'aliments pauvres en phosphates, ont des dents et des os faibles, et que si on persiste à les nourrir de ces aliments, ils préfèrent se laisser mourir de faim, plutôt que de les manger. En cela les animaux sont guidés par un instinct qui est bien supérieur à notre dégustation. De plus l'addition de sels à la nourriture ou donnés en doses médicinales, n'améliorait pas du tout les effets négatifs des aliments.

Le résultat de ces expériences s'applique également aux enfants. Ce ne sont pas les sirops toniques, les pilules reconstituantes, etc. qui remplaceront les sels absents des aliments, mais ce sont des aliments purs et naturels, contenant tous leurs principes nutritifs, qui en feront des enfants forts, vigoureux et pleins de santé. Ainsi que tout ce qui contribue à parfaire une bonne santé ; le bon air, le soleil, le grand air, l'exercice en plein air, la marche, la natation, la sobriété, les bonnes mœurs, la propreté, les habitations saines, le grand sommeil, la nourriture saine et fortifiante, surtout bien mâchée, sont autant de facteurs pour former des dents saines dans un corps sain.

De bonnes dents nous étant échues, il s'agit de les conserver par des soins d'hygiène bien compris. Si les dents sont bonnes et fortes, il est assez facile d'en prendre soin, mais si elles sont faibles et friables, elles seront plus facilement attaquées par la carie, elles auront d'autant plus besoin de soins assidus et intelligents. Avec un peu d'attention les dents peuvent être conservées indéfiniment. Jusqu'à ces dernières années, la dentisterie consistait surtout à réparer les ravages de la carie, mais depuis peu, la profession a donné à son objectif une autre impulsion, elle tend plutôt aujourd'hui à prévenir qu'à guérir.

Le Dentiste progressif aujourd'hui, s'efforce de maintenir bien nettes les dents de ses clients, de les bien polir, d'enlever tous les angles saillants, les dépôts irritants, qui sont des foyers par excellence pour la production des germes pathogènes et des maladies infectieuses et contagieuses, et fin pour le dentiste moderne la plus haute conception de son art consiste à mettre et à maintenir la bouche dans une condition aseptique parfaite.

Les méthodes spéciales et modernes, employées pour amener cette condition naturelle hygiénique de la bouche, et pour la maintenir après qu'on l'a obtenue, s'appelle la prophylaxie—prophylaxie orale. Orale se rapporte à la bouche, prophylaxie veut dire éloigner ou empêcher la maladie ; ou ce qui contribue à la conservation de la santé. Prophylaxie orale veut donc dire, traitement efficace pour la prévention des maladies dentaires, des maladies de

la bouche et des dents, et des conditions de la cavité buccale tendant à propager la maladie dans les autres parties du corps.

Cette idée de prévention s'est tellement bien pénétrée dans l'esprit des Dentistes, qu'aujourd'hui dans nombre de villes, on rencontre des spécialistes en prophylaxie, qui consacrent tout leur temps à la pratique exclusive de cette importante branche de la la dentisterie.

La profession de foi de la prophylaxie orale, est que la propreté est le salut des dents ; qu'une bouche nette et des dents nettes veulent dire une bouche hygiénique et des dents saines, et comme conséquence naturelle une condition physique plus forte, plus résistante aux conditions pathologiques de la vie.

D'après les statistiques, il meurt aux Etats-Unis 72 personnes par heure, de maladies qui auraient pu être évitées. C'est maintenant un fait reconnu que la plus grande partie de ces maladies ont une origine dentaire.

Le but de la prophylaxie orale est de faire sa grande part dans la prévention de ces maladies, et de ces pertes de vies ; de garder cette partie du tube digestif qui est sous notre contrôle en un état de santé normale et avec l'aide du patient de le conserver permanemment.

Comment le patient va-t-il faire sa part dans ces soins prophylactiques ? Certainement pas comme le font actuellement la plupart de ceux qui se servent de la brosse à dents. En premier lieu il faut comprendre qu'il ne s'agit pas tout simplement de nettoyer cette partie des dents qui est visible, mais toutes les dents et toutes leurs surfaces, pour cela il faut des soins assidus, journaliers, réguliers et bien compris.

Un bon procédé pour l'hygiène de la bouche, c'est de commencer par se rinser la bouche avec de l'eau légèrement salée, environ une cuillère à thé dans une chopine d'eau, froide ou tiède, au goût, l'eau doit être projetée vigoureusement dans tous les coins et recoins de la bouche. Ce doit être fait avec la même vigueur et la même attention qu'on apporterait à faire quelque chose destiné à prolonger notre vie, à augmenter notre bonheur et notre utilité, ou à faire grossir notre revenu. C'est une opération aussi utile que la mastication, ou que la réparation d'un membre cassé. Après l'eau salée, versez dans votre main un peu de poudre à dents, avec l'autre, mouillez la brosse dans la solution salée, puis recouvrez-la de poudre et brossez vigoureusement, comme vous feriez si vous laviez le plancher de la cuisine. Ne brossez pas seulement la surface des dents mais faites pénétrer la brosse dans tous les coins et dans tous les espaces. Inutile de passer la brosse sur le travers des dents, cette surface se nettoiera automatiquement en brossant les endroits difficiles. Commencez sur la gencive de la machoire supérieure, et brossez en descendant ; puis de la gencive inférieure en remontant sur les dents, sur les faces linguales et buccales. Il est plus difficile d'atteindre les faces linguales, ou du côté de la langue, aussi faut-il prendre plus de temps et de soins pour les bien brosser.

Il est lamentable de constater combien cette face des dents est négligée, sous prétexte qu'elle n'est pas visible. Un homme riche et prospère à soixante ans, avoua que jusqu'à l'âge de cinquante ans, il ne s'était jamais lavé les dents sur la surface intérieure, croyant que c'était inutile. Il faut aussi frotter vigoureusement les surfaces masticatoires d'avant en arrière et

en travers
grande q
sont les

Le h
de se lav
accorder
consacré
grand bi
plus légè
que la b
que si on
inconcev

Il est
plutôt p
longueur
pénétrer
tivement
brosses b
tôt que l
être gar
faut la r
et accroc
liquide p
d'employ
férable d
trouve su
trer, il e
pour cela
entre les
un mouv
devrait se

Ce n'es
bouche, m
et d'y voi
érée chez

En dép
dents, il
caries. C
valles rég
individuel
et à la sag
être moins

Si on fa
tôt on voi
laisse quel
devenue r
marbre qu
truc qui ce

en travers. Mettez de la poudre sur la brosse assez souvent, et en assez grande quantité pour en porter sur toutes les dents, et n'oubliez pas que ce sont les endroits les plus difficiles d'accès qui ont le plus besoin de brossage.

Le brossage des dents, est aussi nécessaire que de prendre un bain, ou de se laver les mains et le visage, il est même plus important. Il faut y accorder tout le temps nécessaire, de dix à quinze minutes par jour, consacrées à cet exercice sont des minutes bien employées. En plus du grand brossage journalier décrit plus haut, il faut donner aux dents un plus léger nettoyage, au moins trois à cinq fois par jour. Souvenez-vous que la bouche est un foyer de culture pour les microbes des maladies, et que si on les laisse sans les déranger, ils se multiplient avec une rapidité inconcevable.

Il est préférable d'avoir au moins deux brosses à dents, de grosseur plutôt petite ou moyenne. Les soies ne doivent pas être coupées d'égale longueur mais par touffes taillées en pointes, afin de leur permettre de pénétrer dans les espaces entre les dents. Employez vos brosses alternativement, afin de leur permettre de sécher. Ne vous servez pas de brosses bon marché. Et quel que soit le prix que vous ayez payé, aussitôt que les soies commencent à tomber, jetez-la. Une brosse ne doit pas être gardée en usage trop longtemps, dès que les soies s'amolissent, il faut la rejeter. Après s'en être servi, rincez votre brosse dans l'eau salée, et accrochez-la pour la laisser sécher. N'importe quel bon dentifrice liquide peut être employé au lieu d'eau salée. On peut se dispenser d'employer la poudre à dents plus d'une fois par jour, alors il sera préférable de l'employer le soir. La plus grande proportion des caries se trouve sur les faces proximales des dents, là où la brosse ne peut pénétrer, il est donc nécessairement très important de nettoyer ces espaces, pour cela, on se sert de fil de soie, préférablement ciré, on l'introduit entre les dents, puis en tirant sur un bout, puis sur l'autre on lui donne un mouvement de va et vient qui nettoiera ces surfaces. Ce nettoyage devrait se faire après chaque repas, ou au moins deux fois par jour.

Ce n'est pas facile d'habituer les enfants à se nettoyer les dents et la bouche, mais la nécessité fait aux parents un devoir de le leur enseigner, et d'y voir journellement, jusqu'à ce que l'habitude soit devenue bien ancrée chez eux.

En dépit des soins les plus minutieux que nous pouvons donner aux dents, il se formera encore quelques légers dépôts, et même quelques caries. C'est pourquoi il est nécessaire d'aller chez le Dentiste à intervalles réguliers. La fréquence de ces visites correspondra à la nécessité individuelle de chacun; on devra pour cela s'en rapporter au jugement et à la sagesse du Dentiste. Dans de bien rares cas, ces visites pourront être moins de deux par année.

Si on fait tomber une goutte d'acide sur un morceau de marbre, aussitôt on voit cette goutte bouillonner et s'en échapper des vapeurs, si on la laisse quelques minutes, puis qu'on l'essuie, on verra la surface du marbre devenue rugueuse, c'est l'action de l'acide qui a dissous la chaux du marbre qui a causé ce dépolissage. Presque tous, vous connaissez le truc qui consiste à faire tremper un oeuf dans du vinaigre, pour pouvoir

ensuite l'introduire dans une bouteille sans le casser. Le vinaigre par son action sur la chaux de l'écaille, amollit suffisamment cette dernière pour la rendre souple et flexible. La carie des dents se fait par un procédé similaire de dissolution de l'émail et des sels de chaux qu'il renferme. Ceux-ci sont dissous par l'acide lactique, qui se trouve en quantité dans la bouche. Cet acide se rencontre aussi abondamment dans le lait sûr. Sa présence dans la bouche est due à la fermentation des débris alimentaires en décomposition qui adhèrent aux surfaces des dents, ou se logent entre les dents.

Dans une bouche malpropre, les dents sont continuellement en contact avec cet acide qui les ronge tout comme il fait du marbre ou des oeufs. C'est ce qui explique pourquoi la carie se trouve de préférence dans les endroits difficiles à atteindre. Ce qui nous démontre que ce sont surtout ces endroits qu'ils faut s'efforcer de garder nets. La carie se trouve rarement sur les surfaces exposées.

Maintenant de quoi se compose une dent. Une dent comprend la couronne, qui est la partie visible, et de racines qui sont implantées dans la mâchoire. La partie extérieure de la dent, la couronne est recouverte d'émail, cet émail est composé de 98% de sels de chaux. Il est très dur, très dense, comparativement mince, et ne contient pas de nerfs; par conséquent il est insensible. Il a pour but de protéger la dent contre l'usure, contre le chaud et le froid, etc.

Sous l'émail vient de la dentine qui forme la masse de la dent. Elle ne contient qu'environ 75% de chaux, et par conséquent, n'est pas aussi dure que l'émail. Elle est similaire aux os, elle renferme une multitude de petits tubulis et de cavités ou la carie peut se développer facilement, et s'étendre sans résistance.

Au centre de la dentine, il y a une grande cavité qui contient la pulpe, improprement appelée le nerf. Cette pulpe envoie des petites branches dans les tubulis de la dentine, où ils ont pour objet de former un réseau d'alarme, et de donner le signal si la dent est attaquée par la carie, ou pour tout autre cause.

Quand une dent fait mal après avoir mangé du sucre, par exemple, c'est que le signal d'alarme est donné par les fibrilles nerveuses dans la dentine, cela veut dire que l'émail a cédé quelque part et que la dentine est menacée.

Si on a la sagesse d'aller sans retard chez le Dentiste, celui-ci aura tôt fait de trouver le mal et d'en arrêter la marche par un petit plombage. Votre dent sera ainsi conservée, et de plus vous vous éviterez d'indicibles douleurs. Si au contraire on ne fait pas de cas du signal, la pulpe elle-même s'en mêlera, et la douleur sera plus forte, jusqu'à ce que la carie continuant son oeuvre l'ait atteinte et fait mourir. Il y aura alors pour quelque temps arrêt de la douleur pour recommencer bientôt après, mais dans tout le côté de la mâchoire ce sera une névralgie dentaire. Beaucoup de personnes, au lieu d'aller voir le Dentiste, vont chez le médecin. Après lui avoir payé un compte assez considérable, sans avoir obtenu de guérison, elles font ce qu'elles auraient dû faire dès le commencement

et vont leur.

Ces sont ra si la do cariée e

Il est d'une d La natu menace fectée e est un échappe avalés a pour de nisme à

A qu purifier etc., si rejette. saines n seurs, n qu'il n'e

Une empoiso l'extrém gure en leurs, le à traver ou la g un pois sérieux état de

Quan nuellen d'empo dies ne rent to elles av

Quel gereuse vent ét soit pr une den utile, p teur de

et vont chez le dentiste, qui lui, soulagera et guérira rapidement la douleur.

Ces névralgies faciales sont très fréquentes. Celles d'autres origines sont rares, très rares. Quand vous souffrez de névralgie faciale, même si la douleur se fait sentir aux oreilles ou aux yeux, soupçonnez une dent cariée comme la cause du mal, et consultez votre Dentiste.

Il est une croyance populaire, qui veut qu'une fois la pulpe enlevée d'une dent, celle-ci ne doit plus faire mal. C'est là une grande illusion. La nature garde difficilement un objet sans vie, une dent morte est une menace pour la santé générale, si elle n'a pas été préalablement désinfectée et les canaux bien obturés. Une dent morte laissée à elle-même est un foyer d'infection permanent. Les germes infectieux qui s'en échappent sont respirés avec l'air et vont infecter les poumons, ils sont avalés avec les aliments, et peuvent ainsi infecter l'estomac et l'intestin, pour de là être transporter dans le sang, l'appauvrir, et préparer l'organisme à la tuberculose.

A quoi servent les précautions hygiéniques que l'on prend partout, pour purifier l'air des maisons publiques, des églises, des écoles, des théâtres, etc., si une bouche malpropre peut par les milliers de microbes qu'elle rejette, empoisonner l'atmosphère tout autour d'elle. Les bouches malsaines ne sont pas un danger seulement pour ceux qui en sont les possesseurs, mais c'est une menace publique qui ne devrait pas être plus tolérée, qu'il n'est permis à un variolé de circuler librement dans le public.

Une dent morte dans le processus de la décomposition, forme des gaz empoisonnés, si ceux-ci ne sont pas rejetés au dehors, ils passent par l'extrémité de la racine, alors la dent devient sensible au toucher, la figure enfle, il y a formation de pus, c'est la fluxion avec toutes ses douleurs, le pus cherche une issue pour sortir, il fera son chemin quelquefois à travers la gencive, à l'intérieur de la bouche, souvent à travers la joue ou la gorge, occasionnant une cicatrice hideuse, ineffaçable. Le pus est un poison mortel; lorsqu'il est avalé il peut causer une condition très sérieuse de conséquences. Personne ne peut résister longtemps à un tel état de chose.

Quantité de personnes toujours sous les soins du médecin, qui continuellement prescrit remèdes sur remèdes, sont tout simplement victimes d'empoisonnements du sang par leur mauvaises dents. Combien de maladies nerveuses n'ont pas d'autre cause. Des milliers de personnes meurent tous les ans de maladies qui auraient pu être évitées si seulement elles avaient consulté un Dentiste.

Quelqu'offensive que soit une dent dans cette condition, quelque dangereuse qu'elle soit pour la santé et même pour l'existence, elle peut souvent être sauvée par des soins appropriés et être rendue utile. Quoiqu'il soit préférable que les dents soient réparées dès l'apparition de la carie, une dent complètement coupée par elle, peut encore être sauvée et rendue utile, pourvu que la racine soit encore ferme. Une dent cassée à la hauteur de la gencive peut être si bien réparée qu'il sera difficile de s'en

apercevoir. Souvent elle sera plus solide, de plus de service, plus confortable que ne l'était la dent naturelle qu'elle remplace.

Un autre maladie bien négligée, est celle qui cause l'ébranlement des dents. Ceci est dû aux dépôts qui s'accumulent au collet des dents et aux débris alimentaires qui y adhèrent et se décomposent, amenant l'inflammation des gencives, qui deviennent douloureuses, sensibles au toucher, saignant facilement, puis elles diminuent, résorbant en même temps les bords osseux de la mâchoire qui retiennent les dents en place.

Vous avez alors une condition très sérieuse, la mastication devient impossible à cause de la sensibilité des dents et des gencives, le pus en formation continue est absorbé dans le système par la bouche et par le sang; l'organisme ne peut résister longtemps à une telle condition et bientôt il succombe à la première atteinte de maladie. Cette maladie des gencives peut aussi être guérie, pourvu qu'elle soit prise à temps, les dents peuvent être ramenées à leur solidité normale et rendues à leur ancienne utilité; mais si cet état est négligé, les dents tomberont les unes après les autres, et seront définitivement perdues.

Pour se prémunir contre cette maladie, les soins prophylactiques journaliers sont nécessaires. Le brossage quotidien des dents empêchera cette accumulation de dépôts. Ici encore, la malpropreté, la carie, la dégénérescence et la mort marchent la main dans la main. Cette maladie est beaucoup plus facile à prévenir qu'à guérir. Que ceux qui en sont menacés n'attendent pas qu'il soit trop tard, mais se hâtent de se mettre sous les soins du Dentiste et suivent fidèlement ses prescriptions et ses conseils.

On entend souvent dire par des personnes encore jeunes: "Ah, mes dents sont tellement molles et faibles, qu'elles ne valent pas la peine d'être réparées, je préfère les faire extraire et m'en faire poser d'artificielles." Ceci peut être un compliment pour le Dentiste qui a à son emploi un bon mécanicien, mais nous devons nous efforcer de faire comprendre à ces personnes, la fausseté de leur raisonnement. Des dents naturelles bien réparées et mises en bon état de service, sont certainement préférables au meilleur dentier sorti du laboratoire du meilleur mécanicien. On peut affirmer que cette idée préconçue a certainement été la cause, que des milliers de dents saines ont été extraites inutilement. Ces extractions pouvaient être justifiables du temps de nos grand-mères; mais de nos jours, nous avons à notre disposition, trop de moyens pour conserver ces dents, et c'est un crime que de les extraire. Si les dents sont réellement gâtées à tel point que l'extraction s'impose, alors elles doivent être extraites au plus tôt, car nous l'avons dit précédemment; une bouche contenant des dents et des racines en putréfaction est une menace grave non-seulement pour la santé, mais pour la vie elle-même. Les dents rapportées quelque bien faites qu'elles soient, ne valent jamais les dents naturelles.

Vous devez vous en rapporter au jugement de votre Dentiste. Le temps n'est plus où un Dentiste faisait l'extraction d'une dent qui aurait pu être conservée, seulement pour satisfaire la fantaisie du client.

Restau
peut s
qui pe
heureux

Une
formée:
dents;
appelée
mais pe
loppem
aux en
la conso
sur cet
surtout
bouche

Sucer
objets r
produisc

Quelq

N'oubl
que les f
dépende

N'oubl
mâchoire
à chaque

N'oubl
grosse m
dentition

N'oubl
ture tire
corps sai

Pour c
questions
qu'elles n

Le Doc
suivantes
et de San
sont des g
comme il

Les poi
1. Exp

Restauration et conservation des dents naturelles sont le vaste champ où peut s'exercer l'habileté du Dentiste moderne; le nombre des Dentistes qui persistent encore à faire l'extraction inutile de bonnes dents, tend heureusement à diminuer rapidement.

Une cause fréquente de dents faibles, irrégulières, de mâchoires mal formées, mal équilibrées, et de mauvaise santé due à l'inefficacité des dents; c'est la respiration par la bouche, due à une croissance nasale, appelée adénoïdes. Ces tumeurs sont très fréquentes chez les enfants, mais peuvent être facilement enlevées; si on les néglige, alors le développement physique est amoindri, le corps appauvri, l'enfant est sujet aux enrhouements et aux rhumes, et le voilà devenu une proie facile pour la consommation. Il n'est pas de notre ressort de nous étendre longuement sur cet important sujet, les parents doivent bien surveiller leurs enfants, surtout pendant leur sommeil; et s'ils s'aperçoivent qu'ils respirent la bouche ouverte, ils doivent consulter un médecin spécialiste sans retard.

Sucer le pouce ou les doigts, l'usage prolongé de la suce, ou d'autres objets retenus par les dents, ne doivent pas être tolérés, parce qu'ils produisent de sérieuses déformations des mâchoires.

Quelques mots pour terminer;

N'oubliez pas que les dents temporaires ont autant leur raison d'être, que les permanentes, et que de leur position normale, de leur bonne santé, dépendent à un haut degré l'efficacité et la valeur des permanentes.

N'oubliez pas le nombre des dents de lait; vingt en tout, dix à la mâchoire supérieure, dix à la mâchoire inférieure, cinq de chaque côté à chaque mâchoire.

N'oubliez pas que la sixième dent, ou dent de six ans, est la première grosse molaire permanente, et qu'elle est la plus importante de toute la dentition.

N'oubliez pas que des dents nettes ne se carient pas, et que la nourriture bien mastiquée est un facteur essentiel à une bonne santé, à un corps sain et à un esprit sain.

Pour conclure, toutes les personnes qui le désirent peuvent poser les questions qu'elles voudront et je m'efforcerai de rendre clair et précis ce qu'elles n'auraient pas compris.

Synopsis de Conférence par le Dr. Stevenson

Le Docteur A. H. Stevenson, a publié dans Oral Hygiene, les synopsis suivantes de conférences, elles ont été adoptées par le comité d'Education et de Santé, de la Société Dentaire du Second District de New-York; ce sont des guides pour les conférenciers, elles laissent à chacun de produire comme il l'entend sa conférence, et de conserver sa propre originalité.

FORME. I.

Synopsis de Conférence pour les Mamans.

Les point suivants doivent être les plus développés:

1. Expliquez que l'Hygiène Dentaire ou Buccale ne comprend pas

seulement l'hygiène des dents, mais de tout le corps, et que la responsabilité de la santé de l'enfant dépend surtout de la mère, qui doit posséder de saines notions d'hygiène pour la conservation de la santé de ses enfants.

2.—Démontrez clairement, l'influence des dents saines et nettes sur la santé générales de l'enfant.

a. Expliquez comment une bouche malpropre et des dents cariées contribuent au développement des maladies. Démontrez que l'infection des maladies suivantes, se fait surtout par la bouche: Tuberculose, Pneumonie, Influenza, La Grippe, Diphthérie, Rougeole, Scarlatine, Oreillons.

b. Expliquez comment les dents cariées, irrégulières sont causes de mauvaise nutrition, de respiration par la bouche, d'adénoïdes.

c. Montrez comment la douleur des dents cariées est transmise aux yeux, aux oreilles, à la figure, au nez, à la tête, et à d'autres parties du corps.

3.—Montrez comment se développent les dents temporaires et permanentes. "Illustrez au moyen de tableaux".

Pourquoi se servir de coton absorbant sur les dents qui viennent de pousser.

4.—Démontrez l'importance de protéger les deux dentitions.

Etendez-vous longuement sur la *dent de six ans*.

5.—Fonctions.—Expliquer comment les dents s'améliorent par la mastication.

6.—Terminez par des considérations générales sur l'Hygiène Buccale, comme suit: Objets nécessaires:

Brosses—Grosceur et forme, éviter les trop grosses.

Fil de soie—Comment s'en servir.

Dentifrice—Conseils et mise en garde.

Manière de brosser—Mouvement circulaire, comprenant les gencives aussi bien que les dents.

Fréquence—Après chaque repas et avant le coucher.

Rince-bouche—Solution d'eau de chaux.

N.B.—Un langage simple, dégagé de termes techniques doit être tenu. Après la conférence, invitez les mamans à vous poser des questions.

FORME. II.

Synopsis d'une conférence d'une demi-heure pour les enfants.

1—"Aux garçons." Faites comprendre que les sports ne peuvent être pratiqués que si la santé est bonne.

"Aux filles". Faites ressortir que l'apparence, le don de plaire, de chanter, de réciter, dépend d'une bonne santé.

Expli
bouche

2.—I
degré

3.—I

4.—I
dents d

pa

5.—I
tiquer,
bien bro

6.—T

ses

Sync

Les 1

1.—I
la mult
midité,
res).
se prop
Pneumo
lons.

Expl
entraîn
noïdes.

2.—I
poraires
fication

Démo
de table
cette de

Expliquez que la santé dépend absolument des bonnes dents et d'une bouche propre.

2.—Expliquez la relation intime des bonnes dents avec la force, le degré d'endurance, la souplesse, la grâce, la beauté, et le succès en classe.

3.—Illustrez et expliquez comment la carie se produit et se propage.

4.—Insistez sur la nécessité de conserver les dents temporaires et les dents de six ans.

Dites: "Une dent propre ne se carie jamais" et faites-le répéter par tous les enfants ensemble.

5.—Expliquez le danger qu'il y a d'avaler la nourriture sans la mastiquer, insistez sur les avantages qu'il y a pour le corps et les dents, de bien broyer tous les aliments.

6.—Terminez avec l'hygiène générale de la bouche, ainsi:

Objets nécessaires:

Brosse—Grosseur, forme, soies. Mettre en garde contre les grosses brosses.

Fil de soie—Comment s'en servir.

Dentifrices.—Conseils.

Méthode de brossage—Démontrez le mouvement circulaire.

Fréquence—Après les repas et avant le coucher.

Rinçage—Se servir d'une solution d'eau de chaux.

FORME. III.

Synopsis de Conférence aux garde-malades et médecins

Les points suivants devraient être particulièrement développés:

1.—Expliquez comment la bouche malpropre est un milieu idéal pour la multiplication des bactéries, possédant les éléments nécessaires: Humidité, Obscurité, Température, et Foyer de culture (débris alimentaires). Ce dernier peut être évité. Indiquez les maladies suivantes, qui se propagent si rapidement par les décharges de la bouche: Tuberculose, Pneumonie, La Grippe, Coryza, Diphtérie, Rougeole, Scarlatine, Oreillons.

Expliquez comment l'absence, les irrégularités ou la carie des dents, entraînent la mauvaise nutrition, la respiration par la bouche, les adénoïdes.

2.—Donnez brièvement l'histologie et le développement des dents, temporaires et permanentes, montrez comment s'opère le procédé de calcification et les influences diététiques. "Servez-vous de tableaux."

Démontrez que les médicaments doivent être administrés sous forme de tablettes ou de capsules, surtout pour la teinture de chlorure de fer, cette dernière ne doit jamais être prise au moyen d'un tube en verre ou

d'une paille. Appuyez sur ce que la dilution de cette drogue la rend beaucoup plus néfaste aux dents.

3.—Montrez comment s'opère le développement de la carie, et les conditions favorables à son accroissement. Expliquez et démontrez les reflexes aux yeux, aux oreilles et au cerveau.

4.—Donnez des conseils pour obtenir une condition normale de la bouche indiquant les articles nécessaires :

- Brosse—Grosseur, forme, soies.
- Fil de soie—Comment s'en servir.
- Dentifrices—Conseils.
- Méthode de brossage.
- Rinçage—Solution d'eau de chaux.

5.—Donnez l'application de l'hygiène buccale par les gardes-malades, insistez sur :

- a. La préparation des patients à une opération : "complète aseptie buccale".
- b. Soins de la bouche pendant la grossesse. "Attention à l'hyperacidité."
- c. Soins de la bouche des enfants. "Voir au chapitre sur ce sujet."
- d. Soins de la bouche des invalides et des convalescents. "Hygiène sévère."

6.—Concluez sur l'importance qu'il y a pour les garde-malades et les médecins d'observer une stricte hygiène buccale afin de se protéger, eux et leurs patients contre toute contagion.

FORME. IV.

Synopsis pour conférence à de jeunes enfants.

Commencez par les intéresser, soit avec une petite histoire, soit par une démonstration. Par ex. : dites, Vingt petits chevaux blancs sur une côte rouge, vont comme ceci, vont comme cela, puis arrêtent. "Réponse : Les Dents."

Pour une démonstration, faites approcher un enfant à l'air éveillé et montrez lui comment se brosser les dents, alors que les autres regardent faire. Puis :

1.—Décrivez l'intérieur d'une maison bien propre et bien nette, mais ayant une entrée et un vestibule bien sales, quel effet aura le passage des enfants dans la maison.

2.—Expliquez l'analogie de la bouche comme étant le vestibule et l'entrée du corps humain, et l'effet qu'aura sur l'intérieur du corps, le

passage
ladié e

3.—
ce mal
montre
conserv

Très
ment e
conserv

5.—
démont
ployer l
dentifri

Il est
désirez v

Il est
de votre

L'an
sont mo
à un gai

Pour
corps.
trent-e!!

Il est
lopper, le
ment est

Trois
Toute la
bouche p
bouche e

L'effet
si la bouc
dès qu'il
peu dans
la falsific

passage des aliments à travers une bouche malpropre. Résultat: Maladie et faiblesse; plus de jeu, ni d'école.

3.—Demandez aux enfants, combien d'entr'eux se sont lavé le visage ce matin-là, avant de venir en classe. Tous lèveront la main. Puis montrez-leur l'importance de se laver l'intérieur de la figure, afin de se conserver propre et bien portant.

Très brièvement, avec un gros modèle si possible, montrez l'alignement des dents. Assurez-les que s'ils en prennent bien soin, ils les conserveront belles et blanches.

5.—Terminez par quelques conseils sur l'hygiène buccale, si possible démontrez au moyen d'une grosse brosse et d'un modèle comment employer la brosse. Insistez sur la fréquence du brossage et l'emploi d'un dentifrice.

FORME. V.

Synopsis pour conférence Publique.

Hygiène Buccale.

Il est entendu, si je comprends bien la nature humaine, que tous vous désirez vivre à un âge avancé.

Il est au milieu de vous des personnes qui travaillent au prolongement de votre vie, en prévenant les maladies.

L'an dernier il est mort soixante-et-une personnes pour un cent qui sont mortes en 1878, ce qui équivaut pour la seule ville de New-York à un gain de 44,115 vies.

Pour attaquer l'homme, il faut que la maladie pénètre à l'intérieur du corps. Comment la très grande partie des maladies contagieuses pénètrent-elles à l'intérieur du système? Par la porte d'entrée—la bouche.

Il est du domaine des connaissances élémentaires que pour se développer, les germes des maladies ont besoin d'un milieu malpropre. Comment est l'état de votre bouche.

Trois choses sont nécessaires à l'existence—nourriture, eau et air. Toute la nourriture, toute l'eau et une partie de l'air passent par la bouche pour entrer dans le système. L'importance de la propreté de la bouche est extrême.

L'effet des lois les plus sévères sur la pureté des aliments est perdu, si la bouche est malpropre, parceque la loi ne contrôle plus les aliments dès qu'ils ont dépassé les lèvres. Les aliments qui séjournent quelque peu dans une bouche malpropre, sont plus contaminés que ne peut le faire la falsification des aliments elle-même.

Où est le remède? Dans la pratique de l'hygiène buccale.

HYGIENE.

Nettoyez la bouche souvent et nettoyez-la bien.

Brossez les dents quand elles sont sales, après les repas, et avant de vous mettre au lit.

La brosse ne doit pas être trop grosse, les soies par rangées d'inégales longueurs. Les soies d'une dureté moyenne doivent être choisies de préférence.

Dentifrice, préférablement la poudre, ne doit pas contenir de substances rudes.

La soie dentaire doit être employée avec soin entre les dents.

En brossant, imprimez un mouvement circulaire, brossant les gencives autant que les dents, n'oubliez pas que les dents n'ont pas qu'une surface extérieure.

Mastiquez abondamment, parceque comme les muscles, les dents s'améliorent par l'exercice.

Ces règles d'hygiène quoique simples, sont effectives. Prenez-en l'habitude, et immunisez-vous contre la maladie.

FORME. VI.

Suggestions pour une courte Conférence a des Cadets

Démontrez que le grand *Ennemi* de la race humaine, c'est la *Maladie*.

Comparez cet *Ennemi*, à une armée venant envahir le pays, que fera le général commandant une ville, ou un fort sur le passage de l'ennemi, il commencera par organiser la défense des portes de la ville. Alors expliquez que la bouche est la porte du corps envahi par l'ennemi.

Si les soldats ont des armes et de la poudre, nous avons aussi des armes, "les brosses," et de la poudre;" et par leur emploi judicieux nous pouvons détruire l'ennemi, le blesser, le désorganiser tellement, qu'il soit inoffensif.

Vous instruirez alors votre jeune auditoire, sur la nécessité de maintenir la bouche en état permanent de défense. Pour terminer, vous démontrerez la manière de se servir de nos armes pour la protection de notre corps.

Avant la conférence, il serait préférable, si possible, d'avertir les enfants, d'apporter leurs brosses à dents. Vous choisirez une dizaine d'enfants auxquels vous ferez faire l'exercice de la brosse, en vue des autres, puis vous le ferez faire à tous.

Tradu
sa
d

Les
couper
ainsi e
plète d
Les al
vienn
nourri
l'envoy
faites-
poudre
au fou

Croy
aviez l
se trou
faut d
quoi le
sortira
lui do
nécess
pas bi
devrai
mainte

Nou
assimi
plus in
perfect

Si u
médec
sans
dans l
nemen
autre
plète
tout s
ces cas
un cha
cela es
citatio
sale, d
et don
tagieu
la clas
camara
dents

Traduction d'une conférence, du Dr. R. A. Albray, s'adressant à une réunion de Dames et Jeunes Filles, publiée dans le New Jersey Dental Journal.

Les dents sont faites pour servir à quelque chose, leur fonction est de couper et broyer les aliments, de les bien incorporer avec la salive, et ainsi commencer l'acte de la digestion. La mastication parfaite et complète des aliments est le premier acte de la digestion et de l'assimilation. Les aliments sont le matériel qui nourrit et soutient le corps, ils deviennent partie du corps. Vous voyez combien il est important que la nourriture soit convenablement préparée par la mastication avant de l'envoyer à l'estomac. Quand vous voulez faire un succulent gâteau, que faites-vous? Jetez-vous tout simplement la farine, le beurre, le sucre, la poudre, les oeufs et l'essence péle-mêle dans un plat, pour mettre ensuite au four, sans les avoir mélangés?

Croyez-vous que ce mélange vous donnerait l'excellent gâteau que vous aviez l'intention de faire? Tout ce qu'il faut pour faire un bon gâteau, se trouve dans le plat, mais vous savez fort bien que pour le réussir il faut d'abord faire un mélange homogène de tous ces ingrédients, sans quoi la famille risquerait de se casser les dents sur l'espèce de brique qui sortirait du fourneau. Il en est de même, de l'enfant ou de l'adulte, vous lui donnez suffisamment d'excellente nourriture, tous les constituants nécessaires à une bonne santé y sont bien réunis, mais si le mélange n'est pas bien fait, ce sera comme pour le gâteau, pas aussi bonne qu'elle le devrait être. Pendant l'enfance, non-seulement le poids du corps doit se maintenir, mais il doit augmenter considérablement tous les ans.

Nous adultes, n'avons qu'à manger suffisamment pour fournir une assimilation suffisante qui remplace la perte de tissus. Combien est-il plus important pour l'enfant, que son système digestif fonctionne à la perfection.

Si un enfant vient à l'école avec des petites bibites dans la tête, le médecin ou la garde-malade visiteurs prendront les mesures nécessaires sans retard, pour que cet état de chose disparaisse au plus tôt, et cependant le pis que ces intéressantes petites bêtes peuvent faire, c'est certainement de donner à leur propriétaire une forte dérangeaison. Si un autre élève souffre de conjonctivité, il est renvoyé chez lui jusqu'à complète guérison; un autre peut souffrir d'un clou et un quatrième aura tout simplement oublié de se servir du savon de toilette, mais dans tous ces cas, les autorités scolaires prendront des mesures sévères pour amener un changement radical avant que l'élève ne soit admis en classe. Tout cela est très louable, et les autorités médicales ne méritent que des félicitations. Mais quel cas fait-on de celui qui a une bouche malpropre, sale, des dents cariées, remplies de bactéries morbides en pleine activité; et dont chaque expiration chasse au dehors des milliers de germes contagieux, qui chaque fois qu'il tousse, ou qu'il éternue remplissent l'air de la classe de miasmes empoisonnés qui contaminent l'air respiré par ses camarades. Songe-t-on à cet état de choses? Les bouches sales, les dents cariées se comptent par milliers dans une même école; les parents

n'ont pas de meilleure bouche, et nous verrons des jeunes filles, dont le visage souriant, plaît à nos yeux, passant volontiers plus d'une heure tous les jours, à se laver la figure, se friser les cheveux, se manicurer les ongles, donnant tout au plus deux minutes de soins à leurs dents, et encore si ces soins étaient faits intelligemment, mais c'est à peine si on trouvera dans une année, le moyen d'accorder au dentiste quelques heures pour les soins les plus urgents. Trop de vanité et trop d'ignorance.

L'état des bouches de nos enfants d'écoles est déplorable, et le seul remède à y apporter, c'est l'éducation qui les amènera à comprendre la nécessité d'une réforme urgente.

Le brossage journalier des dents, les visites régulières chez le Dentiste, combinés avec l'inspection dentaire dans les écoles, le Dentiste inspecteur ayant le droit d'expulser tous des élèves qui négligeront de se soumettre à la mise en bon ordre de leur bouche s'imposent, c'est le seul moyen par lequel nous atteindrons au développement physique, mental et moral, auquel nous devons aspirer.

Résumé de Conférence telle que donnée dans diverses réunions par le Docteur Alcide L. LaRose.

Les dents sont les organes les plus durs du corps humain. Elles sont situées dans la cavité buccale, à l'entrée du tube digestif, et elles sont supportées par les os de la mâchoire.

Les dents ont pour rôle principal, la division des substances servant de nourriture; elles ont aussi pour fonction, le broiement, la mastication et l'insalivation des aliments.

Les dents jouent aussi un rôle important dans la phonation et le langage articulé, elles participent également à l'esthétique de la bouche et de la figure.

Chez l'homme, comme chez la plupart des mammifères, il y a deux dentitions, la première qu'on appelle dentition temporaire, ou dents de lait, commence vers l'âge de sept mois et se termine à trois ans. "Tableau No 1 montrant la dentition à 8 mois, 12 mois, 18 mois et 3 ans".

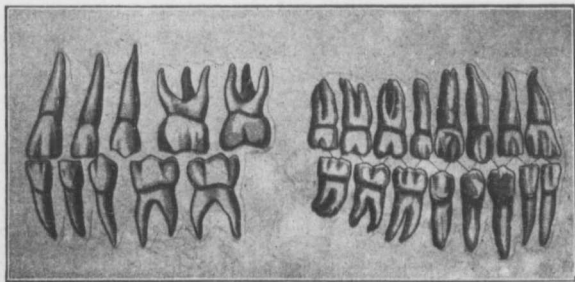


FIG. 4 — TABLEAU No. 2

La de
termine
bleau N
l'âge d'

6.

1ère. Mol.

Le nom
mâchoire i

La denti
forme anai
en rapport
ture du pr
essitant o
bles d'attaq

La dentit
appelées pr
chaque côté
lait. Leur
temporaires
une structu
tées plus so
une force d
temporaires.
sant voir les
Montrant la
molaire".

La deuxième, appelée dentition permanente, commence à 6 ans et se termine par l'éruption des dents de sagesse entre 18 et 25 ans. "Tableau No 2 montrant les deux dentitions". "Tableau No 3 montrant l'âge d'éruption des dents, tel que suivant."

DENTITION TEMPORAIRE

Mois :	7.	10.	12.	18.	36.
Dents :	cent.	Lat.	1ère. Mol.	Can.	2e. Mol.

TABLEAU NO. 4 — DENTITION PERMANENTE.

ANNÉES.

6.	7.	9.	10.	11.	12.	13.	18.	à 25.
1ère. Mol.	Cent.	Lat.	1e Bicus.	2e. Bicus.	2e. Mol.	Can.	3e. Mol.	

DENTS.

Le nombre des dents, est de 32, 16 à la mâchoire supérieure, 16 à la mâchoire inférieure.

La dentition temporaires apparaissent pendant l'enfance, elles ont une forme anatomique plus faible que les dents permanentes. Elles sont en rapport avec l'état de l'appareil digestif et appropriées à la nourriture du premier âge. La nourriture de l'enfant étant simple et ne nécessitant qu'une faible mastication, les dents temporaires sont incapables d'attaquer des substances dures.

La dentition permanente commence par l'éruption des dents de six ans, appelées premières molaires. Elles sont au nombre de quatre, une de chaque côté aux deux mâchoires, immédiatement en arrière des dents de lait. Leur forme anatomique, ressemble beaucoup à celle des molaires temporaires, aussi sont-elles souvent confondues. Cependant elles ont une structure plus forte, d'une densité plus élevée, et elles sont implantées plus solidement dans l'os de la mâchoire. Elles peuvent résister à une force de pression plus grande que ne pourraient le faire les dents temporaires. "Tableau No 5. Montrant les mâchoires disséquées, laissant voir les dents temporaires et la dent de six ans." "Tableau No 6. Montrant la face triturante des dents de lait et de la première grosse molaire".



FIG. 5 — TABLEAU No. 5

On surveille anxieusement la sortie de la première dent du bébé. Elle est l'occasion pour le parrain généreux de donner à son filleul, son premier hochet. Il est beaucoup plus important de surveiller l'apparition des premières dents de la seconde dentition, qui sont les molaires de six ans. Car d'elles dépendront la régularité et l'utilité de toutes les autres dents permanentes, aussi d'elles dépendront la régularité ou la difformité des maxillaires. Beaucoup de parents croyant que cette dent sera remplacée n'y prêtent pas attention et la laissent se carier, quand la douleur amène l'enfant chez le Dentiste, on se refuse à croire que ce soit une dent permanente et qu'elle ne sera *pas remplacée*. Il arrive malheureusement trop souvent que leur extraction s'impose, parce que la carie en a détruit les tissus, faute du manque de soins et d'attention apportés à ces dents.

Il arrive alors que la pression latérale, si nécessaire au développement des mâchoires, disparaît et au lieu d'avoir une croissance égale uni-latéralement, on a un maxillaire plus volumineux l'un que l'autre, ou un maxillaire plus développé d'un côté que de l'autre; produisant dans l'un ou l'autre cas une difformité incurable.

Une autre conséquence déplorable de leur perte, est la projection en avant ou en arrière de l'un des maxillaires.

“Tableau No 7. Montrant l'effet de l'extraction de la 1e. grosse Molaire sur toutes les dents et sur les maxillaires.”

Ce tableau vous représente une dentition complète chez un adulte, ayant perdu sa dent de six ans, à la mâchoire inférieure vers l'âge de dix ans. Le léger espace que vous distinguez en avant de l'avant dernière dent vous indique l'endroit où devrait se trouver la première grosse molaire. Par son extraction prématurée, la croissance de la mâchoire de ce côté a

été dim
ment, s
ne trav
trouve
cette d
prendre
partie
face ma
chera q
la troisi
antérieu
détruisa
une den
opposée
cation.

Vous
développ
plus la
rieure s
avant et

Ces i
au gran
Créateu
le jeune

Les d
prognati
8 et 9.

Ces dé
des dents
la respiri
lites. Q
maladies.
bleaux N

été diminuée. La nature qui prévoit à ce que tout se fasse symétriquement, se refuse à croire qu'on puisse enlever un organe quelconque. Elle ne travaille que par nécessité. Si on enlève la dent de six ans, il se trouve alors un espace tout fait pour recevoir la dent suivante, mais cette dent qui était destinée à sortir plus en arrière, n'arrivera pas à prendre exactement la place de la dent extraite. Elle n'occupera qu'une partie de cet espace et prendra une forte inclinaison en avant. Sa surface masticatoire au lieu de frapper en plein son antagoniste, n'y touchera que par ses cuspides postérieures. De plus elle emmènera à sa suite la troisième grosse molaire avec le même défaut d'articulation, la dent antérieure, n'étant pas supportée postérieurement, inclinera en arrière détruisant elle aussi son engrènement avec son opposée. Résultat, pour une dent extraite, trois autres à la même mâchoire et trois à la mâchoire opposée sont rendues inutiles. Total: sept dents perdues pour la mastication.

Vous voyez par le tableau que la mâchoire inférieure ne s'étant pas développée autant que la mâchoire supérieure, elle est en retrait. De plus la pression inclinée de la dent de douze ans de la mâchoire inférieure sur les dents de la mâchoire supérieure projette ces dernières en avant et contribue à augmenter l'infirmité que vous voyez.

Ces infirmités peuvent être guéries par le Chirurgien-Dentiste, mais au grand jamais l'homme ne pourra atteindre au degré de perfection du Créateur. Aussi vaut-il mieux prévenir en conservant ses dents dans le jeune âge que d'essayer de guérir plus tard.

Les deux tableaux suivants vous feront voir des cas de retrait et de prognathisme avant et après l'intervention chirurgicale. "Tableau No 8 et 9. Montrant de ces cas."

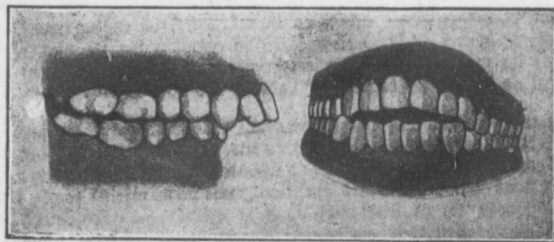


TABLEAU No. 8

FIG. 6

TABLEAU No. 12

Ces déformations de la mâchoire, ou plutôt cette projection en avant des dents de la mâchoire supérieure, peuvent avoir d'autres causes, ainsi la respiration par la bouche due aux tumeurs adénoïdes et aux amygdalites. Quand l'enfant dort la bouche ouverte, c'est qu'il souffre de ces maladies, il doit alors être conduit sans retard chez un spécialiste. "Tableaux No 10. Montrant les incisives supérieures projetées en avant."

le
re-
on
six
res
or-
ra
la
ce
lal-
la
ap-

ent
té-
un
ans

en

do-

lte,
dix
lent
ire.
é a

Dans la respiration par la bouche, la pression des joues sur les mâchoires, est suffisante pour retrécir l'arc, comme vous pouvez le voir sur le tableau suivant. Cette infirmité donne à son possesseur un air de stupidité, qui disparaît, après que le Dentiste a corrigé la défectuosité. "Tableau No 11.

Certaines mamams, pour obtenir la tranquillité de leur poupon, lui donneront, soit une suce, soit un petit linge dans lequel elles auront renfermé un peu de pain, que l'enfant prendra l'habitude de toujours garder dans sa bouche. Quelques enfants, contractent alors l'habitude de se sucer le doigt ou le pouce. Dans ces cas les dents incisives de l'une ou des deux mâchoires, seront arrêtées dans leur croissance, et formeront béance. Vous aurez alors de huit à douze dents qui ne se rejoindront pas, nuisant beaucoup à la mastication et à la prononciation. Cette infirmité, peut être corrigée par le Dentiste, mais il est préférable de ne pas permettre à vos enfants une si funeste habitude. "Tableau No 12. Illustrant ce cas".

Le tableau suivant, vous fait voir les deux mâchoires disséquées chez un enfant à sa naissance. Aucune dent n'a percé la gencive, mais vous en voyez tous les germes en voie de progression. "Tableau No 13."

Sur le tableau suivant, la dissection vous montre les dents percées, et les germes de la canine et des molaires à l'âge de dix mois. Vous pouvez parfaitement voir le germe de la dent de six ans. "Tableau No 14".

À deux ans, toutes les dents temporaires ont percé la gencive, cependant elles n'ont pas encore tout-à-fait toutes prises leur position définitive. "Tableau No 15."

Le tableau que voici montre les mâchoires à l'âge de six ans, toutes les dents temporaires, sont parfaitement en place, la dent de six ans, ou première dent permanente est sortie de la mâchoire, et en arrière vous pouvez voir le germe de la dent molaire de douze ans. De plus vous voyez dans les mâchoires, les germes de toutes les dents permanentes, moins celui de la dent de sagesse. "Tableau No 16." (Voir Fig. 5)

Maintenant voici un cas qui se présente fréquemment chez les enfants, ce tableau est d'un enfant de douze ans. La dent de six ans inférieure est complètement absente, son antagoniste est à moitié coupée par la carie, la dent de douze ans fait irruption, mais ne se rejoint pas encore avec son opposée, les canines sont dans le même cas. La deuxième petite molaire inférieure est cariée, par conséquent sensible au toucher. Il ne reste donc que les incisives et les premières petites molaires pour faire toute la mastication si importante et si nécessaire à cet âge. Il est évident que la mastication sera imparfaite et que c'est déjà la préparation à la dyspepsie et aux autres troubles de la digestion. "Tableau No 17."

Le tableau précédent nous a fait voir une dent absente à la mâchoire inférieure et une autre de cariée à côté, qui à son tour sera insouciamment extraite. Ce tableau-ci représente l'extraction prématurée de trois dents à la mâchoire supérieure.

Les d
n'ont pa
continu
de remp
voir. L
dents sa
des dent

La vig
la mâcho
un engrè
touche à

Voici d
molaire.
de protect
cet émail
qu'on nom

Les dents de la mâchoire inférieure ne rencontrant pas de résistance, n'ont pas su quand elles devaient arrêter dans leur croissance, et elles ont continué à pousser. Le résultat en est qu'il est maintenant impossible de remplacer les dents absentes, faute d'espace suffisant pour les recevoir. Le seul moyen pour réussir; c'est de faire l'extraction des trois dents saines de la mâchoire inférieure et de mettre aux deux mâchoires, des dents artificielles. "Tableau No 18".



FIG. 7 — TABLEAU No. 19

La vignette qui suit vous illustre la position normale des dents dans la mâchoire supérieure formant un oval gracieux. Vous voyez plus bas un engrenement parfait des dents des deux mâchoires. Chaque dent touche à deux dents opposées. "Tableau No 19."

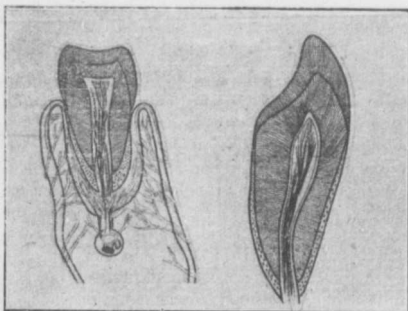


FIG. 8 — TABLEAU No. 20

Voici deux coupes de dents, l'une d'une canine, l'autre d'une grosse molaire. Vous distinguez parfaitement l'émail qui forme une couche de protection sur cette partie de la dent qui est en dehors de la gencive, cet émail en approchant du bord de la gencive, s'amincit et forme ce qu'on nomme le collet de la dent, immédiatement commence la couche

protectrice de cette partie de la dent qui est renfermée dans la mâchoire, c'est le cément. A l'intérieur c'est la dentine qui forme la masse de la dent. Au centre dans une cavité de la dentine, se trouve renfermés les vaisseaux d'alimentation et d'énervation de la dent. Ces vaisseaux sont des nerfs, des veines et des artères, probablement aussi s'y trouvent des vaisseaux lymphatiques. Cet ensemble de vaisseaux se nomme la pulpe, improprement appelée le nerf. A l'extrémité de la dent les vaisseaux se relient à leur troncs respectifs. La dent est fortement retenue dans la mâchoire par un ligament très fort et d'une adhérence extrême. "Tableau No 20."

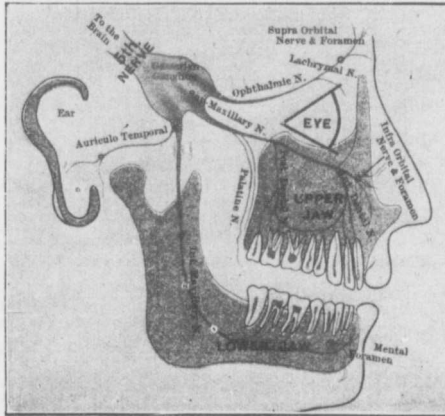


FIG. 9 — TABLEAU No. 21

Maintenant je vais vous dire comment se fait la réflexion de la douleur de la carie dentaire aux yeux, aux oreilles, etc. Un peu en avant de l'oreille à la hauteur de l'oeil et dans le crâne se trouve le ganglion de Gasser. C'est un centre de distribution de la cinquième paire de nerfs. C'est de ce ganglion que partent presque toutes les branches nerveuses venant innervent les dents; d'autres branches partant de ce ganglion vont aux yeux, aux oreilles, au front, au nez, etc. Supposons une dent attaquée par la carie, immédiatement, une fibrille nerveuse renfermée dans la dentine, venant en contact avec la carie, enverra un signal d'alarme au ganglion qui, lui, renverra la sensation de douleur au point attaqué. Pour mieux comprendre, supposons que le ganglion de Gasser soit un bureau central de téléphone reliant les principaux organes de la figure. La carie pénétrant dans une dent, immédiatement un appel est transmis au bureau central, mais la jeune fille qui est là, a veillé trop tard la veille, ou occupée à jaser avec sa voisine, à qui elle compte les finesses de son nouveau cavalier, elle a des distractions et vous communique à un mauvais numéro, la sensation de douleur au lieu d'être renvoyée à la dent sera transmise aux yeux. Bientôt ceux-ci fatigués par cette irritation

tomberont
biement v
dira de
d'aller c
rémédier.
mérite à v
vous charg
comme vot
J'espère q
serez à l'a
"Tableau

Je vais r
t-elle? De
taires, sur
étant dans
fation dég
est compos
dans l'éma
fait d'enva
résistance,
celui-ci n'
mastication
une coupe
deuxième
profondeur
Sur la trois
a atteint la
aiguë, la p
carie main
congestion
marquez su
geur et en

tomberont réellement malades, vous irez consulter un oculiste qui invariablement vous examinera la bouche et vous trouvant des dents cariées, vous dira de faire ce que vous auriez dû en premier lieu, c'est-à-dire d'aller consulter un Dentiste qui aura tôt fait de trouver le mal et d'y remédier. La cause du mal étant disparue, l'oculiste aura bien peu de mérite à vous remettre les yeux en bon état, et il ne manquera pas de vous charger plus cher, que le Dentiste, pour un service moindre. Mais comme vous êtes habitués à cet état de choses, vous paierez sans critiquer. J'espère que vous en ferez autant avec le Dentiste, convaincus, que vous serez à l'avenir, que les services du Dentiste sont les importants de tous. "Tableau No 21."

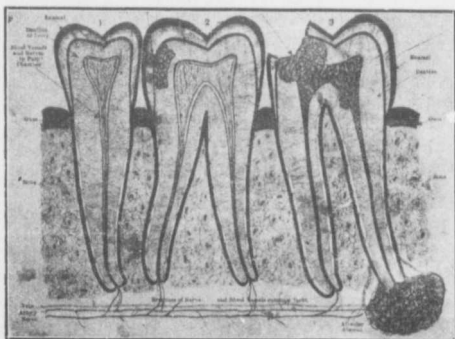


FIG. 10 — TABLEAU No. 22

Je vais maintenant vous parler de la carie, d'abord comment se forme-t-elle? Dans les interstices, dans les sillons, dans les espaces interdentaires, sur les surfaces des dents, se logent des débris alimentaires, qui étant dans un milieu propice, se décomposent et fermentent. La fermentation dégage de l'acide lactique; cet acide dissout les sels calcaires dont est composé l'émail et le désagrège. Dès qu'il y a une petite ouverture dans l'émail, les microbes de la carie s'y introduisent aussitôt et ont vite fait d'envahir la dentine, qui étant plus molle que l'émail offre moins de résistance, la carie s'étendra graduellement sous l'émail jusqu'à ce que celui-ci n'étant plus supporté par la dentine, cède sous le poids de la mastication et laisse une grande cavité béante. Ce tableau vous montre une coupe verticale de trois dents molaires. La première est indemne, la deuxième est attaquée par la carie qui a pénétré jusqu'à la moitié de la profondeur de la dentine. La douleur à ce moment est assez sensible. Sur la troisième dent vous voyez que la carie ayant continué sa marche, a atteint la pulpe; c'est alors que la douleur est la plus atroce, la plus aiguë, la plus enrageante. Continuant son oeuvre de destruction, la carie maintenant s'en prend à la pulpe, en peu de jours elle sera toute congestionnée et à son tour causera des douleurs exquises. Si vous remarquez sur la vignette, la carie a considérablement augmenté en largeur et en profondeur sur la dent précédente, et l'émail qui surplombait

la cavité a cédé sous le poids de la mastication peu à peu les débris alimentaires se sont accumulés dans la cavité et l'ont presque hermétiquement bouchée. La pulpe étant enfermée dans une boîte osseuse, devenant congestionnée ne peut s'étendre, par conséquent elle cause sur les parois osseuses, une pression excessivement douloureuse. Suivant la congestion, il y a décomposition des tissus et formation de gaz; ce gaz ne pouvant s'échapper, car l'ouverture faite par la carie est bouchée par les débris alimentaires, cherchera une autre issue, c'est alors qu'il se fraiera un chemin à l'extrémité de la dent. Mais là il rencontrera encore de la résistance suivie d'inflammation des tissus environnants et il se formera une poche ou sac qui ira grossissant, s'emplira de pus, qui à son tour cherchera à sortir. Vous avez là un abcès en bonne condition. Pour sortir le pus se fera un chemin à travers la mâchoire et la gencive et s'écoulera par ce canal, c'est ce qu'on appelle une fistule. Ou trouvant les tissus trop durs pour passer à travers, il s'étendra dans tout le côté de la figure formant une fluxion. Tout ce travail ne se fait pas sans d'indicibles douleurs, nous avons souvent vu de ces fluxions persister pendant plus d'un mois et le pauvre patient souffrir atrocement pendant tout ce temps. Dire que toutes ces douleurs auraient pu être évitées si seulement on avait eu la précaution d'aller voir le Dentiste dès que la dent a commencé à se carier. "Tableau No 22."

Le tableau suivant vous fait voir une personne avec une jolie fluxion, la joue est très gonflée et rougie, l'oeil est presque complètement bouché. "Tableau No 23."

Ce tableau vous montre une personne ayant eu une fluxion qui a abouti à l'extérieur, formant une cicatrice qui la défigurera pour toute sa vie. "Tableau No 24."

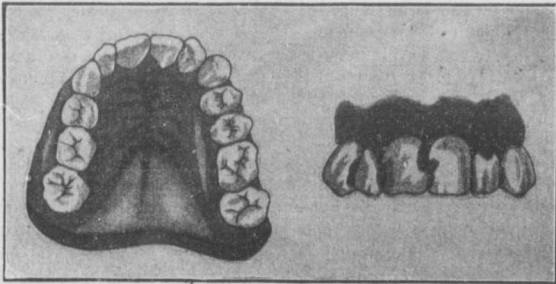


TABLEAU No. 26

— FIG. 11 —

TABLEAU No. 25

Vous proxima
tées si on
jours.

Le tab
masticat
sant la c

Le pus
tion ou p
cives app

Ce pus
ments et
affaiblir
ladies, et
souvent c
pus est a
poumons,
un jeune
dent cari
l'espace d

Les den
masticuer
bactéries
dents, dét
pénétrer c
dents, et c

Il est u
die due à
être évité
parler de
granulati
flammati
peu à peu
toucher et
Une fois
guérir, ce
tiste, et à
réussit à s
qui ne ten
et il coût
garder pr
fois par a
une dent a
28, 29, 30

Vous voyez maintenant des dents incisives cariées sur les bords proximaux ainsi qu'au bord gingival, toutes ces caries auraient été évitées si on avait eu la précaution de se bien nettoyer les dents tous les jours. "Tableau No 25."

Le tableau que voici est pour vous faire voir les sillons sur la surface masticatoire des dents molaires, où se logent les débris alimentaires causant la carie de ces dents. "Tableau, No 26."

Le pus est un poison mortel, il est causé par une racine en putréfaction ou par une dent cariée, il est aussi produit par une maladie des gencives appelée, Pyorrhée.

Ce pus coulant continuellement dans la bouche est avalé avec les aliments et la salive, il est transporté dans tout le système qu'il va infecter, affaiblir et rendre facilement attaqué par les microbes d'autres maladies, et dans cet état d'affaiblissement la nature est vite vaincue, et souvent c'est la mort qui survient, alors qu'elle aurait pu être évitée. Le pus est aussi respiré avec l'air atmosphérique qui arrive contaminé aux poumons, il est souvent la cause directe de consommations. J'ai connu un jeune homme très fort, et très vigoureux, qui un jour souffrit d'une dent cariée, il négligea de se faire soigner, un abcès se forma et dans l'espace de quelques mois il était mort de consommation.

Les dents cariées peuvent causer la consommation. L'impossibilité de mastiquer convenablement, et le fait d'avaler continuellement du pus, des bactéries et des déchets en fermentation retenus dans les cavités des dents, déterminent l'affaiblissement de la vitalité. Les germes peuvent pénétrer dans les glandes du cou par des dents cariées ou les abcès des dents, et causer la tuberculose des glandes.

Il est une maladie qui cause la perte de quantité de dents, cette maladie due à plusieurs causes, qu'il serait trop long d'expliquer ici, pourrait être évitée avec des soins de propreté très assidus de la bouche, je veux parler de la pyorrhée alvéolaire. Cette maladie commence par former des granulations qui s'accumulent sur les racines des dents, causant de l'inflammation d'abord puis du pus très virulent, les dents se disloquent peu à peu dans leurs alvéoles, s'ébranlent, deviennent très sensibles au toucher et enfin sont réduites à l'extraction, sans avoir la moindre carie. Une fois pénétrée dans les gencives, cette maladie est très difficile à guérir, cependant avec beaucoup de soins intelligents de la part du Dentiste, et à condition que le patient remplisse exactement ses conseils, on réussit à sauver des dents qui étaient très malades, à affermir des dents qui ne tenaient presque plus dans la mâchoire. Ce traitement est long, et il coûte cher, Il vaut mieux prendre bien soin de ses dents, de les garder propres, de rendre visite au Dentiste au moins trois ou quatre fois par an, et éviter cette terrible maladie. Le tableau No 27, montre une dent avec des dépôts de granulations sur la racine. Les tableaux Nos 28, 29, 30, font voir des dents attaquées de pyorrhée, les gencives sont

tuméfiées, saignantes, puis à côté vous voyez ces gencives revenues à une couleur plus normale, après un traitement complet.

Je vous ai assez entretenu des maladies des dents et de la carie, je vais maintenant vous parler des moyens de conserver vos dents. L'objet principal des dents est de mastiquer, pour les conserver en bon état, il faut donc mastiquer, mais il faut mastiquer parfaitement. Pour que les dents soient bonnes, il faut que la santé soit bonne, et pour obtenir une bonne santé, il faut savoir manger. Tous les aliments ne sont pas bons pour la santé. Donnez la préférence au pain sec, bien cuit ou rôti, aux viandes et aux légumes frais. Evitez tous les aliments mous, les viandes en boîtes, etc. Les bonbons, surtout s'ils sont de pauvres qualité font carier les dents; les gâteaux, les pâtisseries, les gruaux, les crèmes au sucre, etc., ne sont pas des aliments recommandables pour les dents pas plus que pour la santé.

La parfaite mastication des aliments solides polit les dents et stimule les gencives. La parfaite mastication a aussi pour objet de bien insaliver les aliments. Certaines substances à base d'amidon, pour être bien digérées, doivent d'abord être transformées en glucose, cette transformation doit se faire dans la bouche, ou alors si elles sont envoyées à l'estomac avant leur transformation, elles ne seront pas digérées, seront envoyées à l'intestin, où elles feront une masse solide, qui produira une fermentation morbide qui occasionnera des troubles digestifs et intestinaux. Donc mastiquez longuement chaque bouchée avant de l'avaler. Evitez de boire en mangeant, finissez votre repas avec un verre d'eau que vous agiterez dans la bouche, ça aura pour effet d'enlever quantité de débris alimentaires. N'abusez pas du thé, c'est un fort astringent et en plus c'est un vaso-constricteur, c'est-à-dire que son action sur les glandes salivaires est de diminuer leurs sécrétions. Il est beaucoup plus hygiénique de prendre un verre de limonade, qui active les sécrétions salivaires.

Les personnes qui font usage de fruits frais, ont généralement de bonnes dents. Les statistiques nous montrent qu'en Sicile où les habitants mangent en quantité des citrons et des oranges, les dents cariées sont très rares. En Angleterre où on cultive les pommes, les habitants ont de bien meilleurs dents que ceux des comtés du nord où on mange surtout des pommes cuites et de la marmalade. Les peuples sauvages qui vivent au grand air ou dans des huttes, se nourrissent de viandes dures, cuites sans apprêts, mangent des légumes et des fruits crus, du pain noir et sec, ont tous de très bonne dents.

En outre de la mastication, pour conserver ses dents et les préserver de la carie, il faut les brosser, les nettoyer plusieurs fois par jour. A cet effet procurez-vous une brosse à dents dont les soies seront moyennement rudes, coupées par rangs d'inégales longueurs. La brosse ne doit pas être grosse, afin qu'elle puisse se rendre dans tous les coins de la bouche. "Tableau No 31". (Voir Fig. 1) Page 10

Ne b
pour la
inférieu
que le
le sig
elle se
il faut
bonne
poudre
l'émail
de pois
est pré
montre
gueurs
"Table
ses faci
autres,
tasse e
brossag
dre de
miel et
tescible

Les
le mat
se met
vez vo

Il y
dents;
tiste, p
leté au
même,
ci tout
tendu
loqué?

La
proxin
prendre
fil de
donnez
ment l
une ca
pour f

Les
quemn
faites]

Ne brossez pas vos dents en travers, de gauche à droite, mais toujours pour la mâchoire supérieure, en allant de haut en bas; pour la mâchoire inférieure, de bas en haut, il faut aussi brosser la gencive en même temps que les dents, si au début elle saigne un peu, ne vous alarmez pas, c'est le signe qu'elle a un besoin pressant de massage, après quelques jours, elle sera ferme et supportera le brossage sans saigner. Avec la brosse il faut se servir de poudre, n'importe quelle poudre n'est pas toujours bonne à employer, vous devez consulter votre Dentiste à ce sujet; la poudre à dents ne doit pas contenir de substances rudes qui useraient l'émail des dents tel que la pierre-ponce, les poudres de quinquinas, os de poissons, iris, etc., le milieu buccal donnant une réaction alcaline, il est préférable que la poudre ne soit pas acide. Le tableau suivant vous montre comment les soies de la brosse n'étant pas coupées d'égales longueurs peuvent pénétrer dans les espaces interdentaires, et les nettoyer. "Tableau No 32." Le savon est un bon antiseptique il dissout les graisses facilement et laisse une surface nette et polie, les cendres de tabac et autres, ne sont pas recommandables, elles contiennent toutes de la potasse et irritent les muqueuses. Ne mélangez pas la poudre et après le brossage rincez la bouche abondamment. Il vaut mieux se servir de poudre de préférence à la pâte. Cette dernière est à base de glycérine, de miel et de glucose, ce sont des substances très adhérentes et très fermentescibles.

Les dents doivent être brossées, au moins de trois à cinq fois par jour, le matin en faisant sa toilette, après chaque repas, et surtout avant de se mettre au lit. Le lavage du soir est le plus important, si vous ne pouvez vous brosser les dents qu'une fois par jour, que ce soit alors le soir.

Il y a des personnes qui ont de drôles d'idées sur la poudre à dents; il n'y a bien longtemps, un brave vieux se présente chez un Dentiste, pour se faire sauter une dent, disait-il, le Dentiste avec une habileté aussi grande que sa dextérité, lui enlève sa dent et tout fier de lui-même, la montre au client, qui restait la bouche grande ouverte, celui-ci tout surpris de voir sa dent déjà enlevée, lui dit: "Mais je n'ai pas entendu l'explosion". Quelle explosion demande le Dentiste tout interloqué? Mais dit le bon vieux, la poudre à dents, à quoi ça sert-y donc?

La plus grande proportion des caries se trouve sur les surfaces interproximales des dents, ces surfaces étant inaccessibles à la brosse, il faut prendre un autre moyen pour les nettoyer. A cet effet servez-vous d'un fil de soie ou de coton que vous passez entre les dents et auquel vous donnez un mouvement de va et vient. Vous nettoierez ainsi parfaitement bien ces surfaces. Si le fil accroche, ou se déchire, c'est qu'il y a une cavité de formée. Ne retardez pas alors d'aller chez votre Dentiste pour faire obturer votre dent, si vous tenez à la conserver.

Les personnes qui portent des dentiers doivent les nettoyer très fréquemment; elles trouveront dans les pharmacies des brosses spécialement faites pour cela. "Tableau No 33".

Au point de vue de l'hygiène publique, la propreté de la bouche et le soin des dents sont absolument nécessaires. Avant que votre enfant ne soit admis à l'école, on exige qu'il produise un certificat de vaccination, sinon il sera vacciné par les autorités du bureau d'hygiène médical, que vous le vouliez ou non.

Et cela pour le protéger, lui et ses compagnons de classe, contre une seule maladie. Si ces mêmes autorités se rendaient compte de l'importance de la propreté de la bouche et des dents, elles exigeraient que votre enfant produise aussi un certificat d'une personne compétente, attestant que sa bouche et ses dents sont dans un état parfait. L'air atmosphérique est rempli de microbes de toutes sortes de maladies, que nous respirons, continuellement, avec lequel nous emplissons nos poumons, tant qu'il n'y a pas de lésions, tant que notre organisme n'éprouve pas d'affaiblissement, ces microbes sont inoffensifs, mais que nous prenions un refroidissement que nous subissions une légère fièvre, aussitôt ces microbes prendront le dessus sur notre organisme momentanément affaibli, et nous succomberons à la maladie.

Le sang contient plusieurs substances, entr'autres deux qui nous intéressent particulièrement en ce moment. Ce sont les globules blancs et les globules rouges, que nous pourrions comparer à deux corps d'armée. Les rouges chargés de voir à notre subsistance, les blancs ont charge de notre défense. Ces globules blancs sont en nombre infini, ils ont la propriété de passer à travers les parois des veines et des artères et de se répandre partout dans l'organisme qu'ils doivent protéger et défendre, très voraces de leur nature, ils dévorent tout ce qu'ils rencontrent s'attaquant à nous. Ainsi quand vous vous coupez un doigt, aussitôt les globules blancs qui sont là vont travailler pour aider à la guérison et empêcher l'infection de se répandre plus loin. Si pour une raison quelconque, les méchants microbes tentent de s'introduire par cette blessure, alors les-globules blancs se multiplient avec plus de force, et ils appellent à leur secours leurs camarades qui sont ailleurs dans le système, ceux-ci accourent à l'appel et s'unissant, ils détruisent l'ennemi aussi rapidement que possible.

Si l'invasion des microbes ennemis se fait dans le poumon ou ailleurs, le même système de défense entre en jeu et nous protège contre la maladie.

Comme vous voyez le Créateur, en faisant de nous un être aussi compliqué, a pensé à tout. En nous donnant la vie et les moyens de la conserver. Il n'a pas oublié de nous donner les moyens de défense dont nous avons si grand besoin.

Pour se développer, les microbes ont besoin de trois choses: température convenable, humidité et nourriture. Or une bouche malpropre et des dents cariées leur fournissent tout ce qu'ils ont besoin pour leur multiplication, température du corps humain qui est de 37° centigrade,

humidit
dents ou
dans un
dité eff
heures
nous po
tité est
joues et
propre
microbe
les ento
un enfa
vicie t
chose, il
respirer
crobres v
par une
s'il ne s

Il y a
quartier
de santé
les mais
mirent
démie s
à quoi a
C'est al
qui les
Dentiste
de leurs
en quelc
fants.
cariées f
sultat P

A Va
menaçai
moyen
vous cit
doute, la
pays du
pour les
renvoi d
n'est pas
a un ser
pour les
du Lava
ce soit n
autorités
tion, éta
ville.

humidité de la salive et nourriture fournie par les déchets logés dans les dents ou entre les dents. Un microbe de la tuberculose laissé à lui-même dans un milieu favorable comme la bouche, se multiplie avec une rapidité effroyable, un seul microbe se sera assez multiplié en vingt-quatre heures pour remplir plus d'une chopine. Les moyens de défense que nous possédons, empêchent que les microbes se multiplient ainsi, quantité est avalée avec la salive, le mouvement incessant de la langue et des joues contribue aussi à nuire à leur développement. Une bouche malpropre contiendra donc des milliards de microbes en pleine activité, ces microbes sont sans cesse rejetés au dehors où ils vont contaminer l'air qui les entoure. En toussant, en éternuant, en riant, en parlant, en récitant, un enfant en classe rejette au dehors des milliards de microbes qui vicient tout l'air de la classe et si lui-même ne souffre pas de cet état de chose, il n'en sera pas de même d'un petit camarade qui étant fiévreux, respirera ces microbes par centaines, son système étant affaibli, les microbes vaincront la résistance des globules blancs, et l'enfant sera atteint par une maladie qui le retardera peut-être d'une année dans ses études, s'il ne succombe pas.

Il y a quelques années la ville* de Chicago fut envahie dans un de ses quartiers par une épidémie de diphtérie, aussitôt les officiers du bureau de santé mirent les malades en quarantaine, désinfectèrent les écoles et les maisons habitées par les enfants, et après tout danger passé, ils permirent l'ouverture des classes. Mais à peine quelques jours après, l'épidémie sévissait avec plus de vigueur qu'avant. Les médecins ne savaient à quoi attribuer cette recrudescence et ne savaient comment y remédier. C'est alors que quelques Dentistes offrirent leur concours aux médecins, qui les acceptèrent sans beaucoup de confiance. Immédiatement ces Dentistes se mirent à l'oeuvre, ils demandèrent l'assistance de tous ceux de leurs confrères qui pouvaient leur donner un peu de leur temps, et en quelques semaines mirent en bon état toutes les bouches de ces enfants. Toutes avaient besoin d'être nettoyées, beaucoup de dents trop cariées furent enlevées, quantité d'autres furent obturées, et comme résultat l'épidémie fut complètement enrayée.

A Valparaiso, ville du Chili, une épidémie de fièvre scarlatine, qui menaçait de s'étendre à toute la ville, ne fut vaincue que par le même moyen de désinfection des bouches des enfants d'écoles. Je pourrais vous citer nombre d'autres cas semblables qui prouvent hors de tout doute, la nécessité absolue de l'hygiène buccale. Aussi toutes les villes des pays du monde entier ont-elles organisé des cliniques scolaires dentaires pour les enfants d'écoles, qui sont obligés de les suivre, sous peine de renvoi de l'école. Ici, dans notre province, où on a peur de tout ce qui n'est pas routine, aucune ville ou cité n'a encore de ces cliniques. Montréal a un semblant de progrès dans ce sens. Il y a un Dentiste inspecteur pour les écoles publiques, les enfants sont dirigés aux écoles Dentaires du Laval et du McGill, où ils sont traités par les étudiants. Bien que ce soit mieux que rien, ce n'est pas suffisant, et il est à espérer que les autorités, comprenant enfin les intérêts pressant de notre jeune population, établiront de ces cliniques dentaires dans tous les quartiers de la ville.

Pour obtenir ce résultat, il faut que les parents s'en mêlent, et quand les candidats aux honneurs municipaux brigueront vos suffrages, exigez d'eux l'engagement qu'ils établissent des cliniques dentaires scolaires dans votre quartier. La vie et la santé de vos enfants en dépendent.

Pour terminer permettez-moi de vous montrer quelques vignettes, illustrant des personnes qui ont perdu quelques ou toutes leurs dents et ces mêmes personnes avec des dents artificielles bien faites. Presque tous les dentistes peuvent faire des dents artificielles, paraissant bien, tenant bien et corrigeant les traits déformés de la figure par l'extraction des dents. Mais pour exiger d'un Dentiste la perfection de son art, il ne faut pas marchander sur le prix qu'il vous demande. Pour être Dentiste, il faut étudier de longues années, qui coûtent très cher, vous ne devez donc pas exiger d'un Dentiste qu'il vous donne ses services pour le prix d'un ouvrier. N'oubliez pas qu'il y a dentier et dentier, tout comme il y a chaussure et chaussure, vous pouvez avoir une paire de souliers pour deux dollars et une autre paire vous en coûtera cinq. Vous en avez toujours pour votre argent. S'il est une chose que vous devez toujours demander de meilleur, c'est bien le soin de vos dents, car votre santé en dépend intimement. Tableaux Nos. 34 à 40.



— FIG. No. 12 —

Tout ce qui précède s'adresse surtout aux adultes, quand l'auteur s'adresse à des enfants, il a soin d'y faire subir quelques modifications. Il faut surtout frapper l'imagination chez les enfants, et leur montrer des exemples intéressants. Ainsi pour leur montrer les progrès réalisés par la dentisterie moderne le conférencier leur fait voir, l'image d'un homme couché sur le dos en plein air, et maintenu par deux autres, alors que le Dentiste à genoux et armé d'une énorme pince et d'un levier en fer s'efforce de lui enlever la dent malade. Inutile de dire qu'elle était plus souvent cassée qu'enlevée. Cette scène se passait en Perse il y a environ 800 ans. Fig. 12

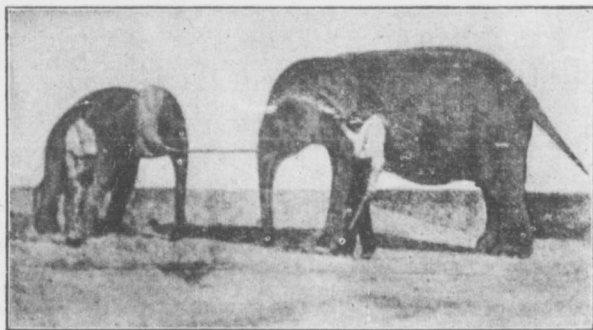
Un
metta
vers l
dents,
d'un h

Sun
suffir
traire,
dent,
ble. I
donné
C'est
Fig. 1



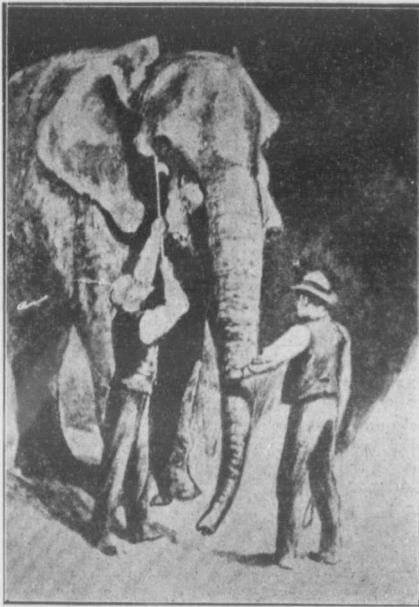
— FIG. No. 13 —

Une autre gravure est celle d'un hippopotame qui souffrait d'un abcès, mettant sa vie en danger. Un Dentiste lui enleva la dent malade mais à travers les barreaux de la cage. Pensez aux enfants qui ont aussi des abcès aux dents, et voyez la différence entre la grosseur de leurs petites dents et celle d'un hippopotame. Fig. 13



— FIG. No. 14 —

Sur cette image vous voyez un éléphant du Parc Luna à Coney Island, qui souffrait d'un abcès à une dent. Plusieurs essais furent faits pour la lui extraire, mais on ne trouva personne d'assez fort. Alors on perça à travers la dent, un trou dans lequel on passa un fort fil de fer, auquel on attachait un câble. L'autre extrémité du câble fut attachée à un autre éléphant. Au signal donné tous deux reculèrent dans une direction opposée et la dent fut arrachée. C'est le premier éléphant dont l'histoire fasse mention comme Dentiste. Fig. 14.



— FIG. No. 15 —

Vous avez tous entendu parler de Jumbo le gros éléphant du cirque Barnum.

Il est mort à Bridgeport il y a quelques années, de la mort d'un héros, en sauvant la vie de sa compagne Alice. Cette dernière était sur la voie ferrée alors qu'un train s'avançait, la vue éblouie par les rayons lumineux du réflecteur de l'engin, elle était incapable de se mettre hors de danger. C'est alors que Jumbo voyant le danger qui menaçait sa compagne, chargea l'engin et repoussa Alice à côté de la voie, il lui sauva la vie, mais lui-même fut tué. Dans son jeune âge, Jumbo cassa ses deux défenses dans un accident ; dans la suite des abcès se sont formés qui lui causèrent des douleurs atroces et mirent sa vie en danger. Le médecin du cirque ayant décidé de lancer l'abcès, se fit faire une grande lance munie d'un crochet tranchant avec lequel il ouvrit l'abcès. Fig. 15.

Six mois après un autre abcès s'étant formé, on décida de le lancer de nouveau. Beaucoup parmi vous font beaucoup de gestes et se plaignent fortement rien qu'à penser qu'on peut vous faire mal, eh bien, croyez-vous, que parce qu'on lui avait fait mal une première fois, Jumbo ait cherché à se sauver de la seconde opération ? Pas du tout, bien au contraire, le Docteur étant prêt avec sa lance, le gardien se préparait à employer la force pour amener

l'éléphant
jours es
tournan
immobil
panser

Si un
qu'il cor
même o
gent et :

Quelc
che ? J
drons et
fois qu'
toyez-le

Lors
plus de p
connait
n'aurait
facilités

Un jo
ville, un
d'un des
mande.
re valoir
puis ce t
nes, et
année.

A l'or
gagée il
A cette.
Le Dr.
ils como
puis ils p
servir de

A la f
à la fin c
à la fin c
avait été

La pr
enseigné

Vous
Comme
ch un pio
le second

l'éléphant. Je ne sais pas si les éléphants pensent comme nous, mais toujours est-il que, quand il vit le Docteur avec sa lance, il vint de lui même, tournant la tête de manière à présenter le côté malade au Docteur se tint immobile tout le temps qu'il fallut au Docteur pour lancer l'abcès, le laver et panser la plaie.

Si un éléphant se montre aussi intelligent, et supporte la douleur, parce qu'il comprend que c'est pour son bien, je crois que quand vous serez dans la même obligation vous penserez à Jumbo, et vous vous montrerez aussi intelligent et aussi brave que lui.

X. — FAITS DIVERS

Quelques personnes nous demandent souvent quand faut-il se laver la bouche? Je leur réponds par une autre question: quand lavez-vous vos chaudrons et votre vaisselle? Elles répondent invariablement: "mais chaque fois qu'on s'en est servi." Eh bien c'est la même chose pour les dents, nettoyez-les chaque fois que vous vous en servez.

Lors de la guerre Russo-Japonaise, des trains entiers de chemin de fer remplis de poudre et de brosses à dents, suivirent l'armée Japonaise. Ce peuple connaît les bienfaits et la nécessité de la propreté corporelle et buccale et il n'aurait pas voulu envoyer ses enfants se battre, sans leur donner toutes les facilités de se conserver propres.

Un jour à St. Louis, Miss. il s'agissait de donner aux commerçants de la ville, une commande très importante se chiffrant dans les \$50.000. Le gérant d'un des gros magasins envoya son meilleur commis pour solliciter cette commande. Malheureusement le commis souffrait d'une dent cariée et ne put faire valoir tout son talent, avec le résultat qu'un autre obtint le contrat. Depuis ce temps ce gérant exige de tous ses employés, qu'ils aient des dents saines, et qu'ils se fassent visiter la bouche par un Dentiste plusieurs fois par année.

A l'orphélinat St. Vincent à Boston, où il y a de 300 à 400 enfants, on engagea il y a quelques années un Dentiste pour donner ses soins aux orphelins. A cette date on enrégistrait une moyenne annuelle de 108 enfants malades. Le Dr. Keyes et ses assistants donnèrent leurs meilleurs soins aux enfants, ils commencèrent par extraire toutes les dents qui ne pouvaient être sauvées, puis ils plombèrent les autres. Après cela ils enseignèrent aux enfants à se servir de la brosse à dents.

A la fin de la première année on n'avait enrégistré que 60 enfants malade; à la fin de la deuxième année, aucun; à la fin de la troisième année, aucun; à la fin de la quatrième année on avait enrégistré quatre cas de rougeole qui avait été introduite par un enfant récemment entré à l'institution.

La prévention de la maladie à cette institution est due à la propreté buccale enseignée aux enfants, qui empêche l'infection de pénétrer dans le système.

Vous avez tous entendu parler de Connie Mack et de John McGraw? Connie Mack est le gérant des Athlètes de Philadelphie, le club de base-ball champion du monde, et John McGraw est le gérant des géants de New-York, le second des meilleurs clubs du monde. Quand les joueurs de ces clubs

viennent se rapporter le printemps pour commencer leur entraînement, leurs gérants exigent qu'ils aillent chez le dentiste se faire mettre les dents en bon état, avant qu'ils puissent commencer l'entraînement. C'est que, voyez-vous, Connie Mack et John McGraw savent par expérience qu'un joueur peut faire perdre une partie s'il a mal aux dents. Supposons que dans la série mondiale les deux clubs aient chacun gagné trois parties, et qu'à la partie décisive Baker, le meilleur frappeur des Atlatiques, se présente avec une joue enflée par un abcès aux dents, croyez-vous qu'il pourra jouer aussi bien que d'habitude ? Non, et avec toute sa meilleure volonté, toute son énergie, il laissera battre son club. Et c'est ce que son gérant ne veut pas. Comme il vaut mieux prévenir que guérir, il exige de ses hommes une bouche propre et des dents saines et bien entretenues.

XI.—Inspection Dentaire et cliniques scolaires

C'est en Russie, en 1879, que fut instituée l'inspection des dents des enfants d'écoles. Vers 1885, Chicago fut la première ville d'Amérique à avoir cette inspection. Ann Arbor Mich. fut la première à avoir l'inspection faite sous la surveillance de la commission scolaire. En 1907, Cambridge établit la première clinique scolaire en Amérique. Presque tous les pays du monde ont fait des progrès considérables sous ce rapport. L'Etat de New-York fut le premier à reconnaître officiellement comme d'utilité publique, l'Hygiène Orale qui est attachée au Département de Santé. Ce Département d'Hygiène Orale a été inauguré en Février 1913. Les villes et les villages de l'Etat sont visités par des conférenciers officiels munis de cartes, tableaux et lanternes à projections.

Dans la province de Québec, le gouvernement a reconnu l'utilité de la Chirurgie-Dentaire en nommant le Dr. E. Dubeau membre du Bureau Provincial d'Hygiène. La ville de Montréal s'attacha en 1915 un Dentiste inspecteur pour les écoles publiques, dans la personne du Dr. G. Lemieux, M. P. P. Les écoles dentaires Laval et McGill reçoivent les enfants qui leur sont envoyés par l'inspecteur, elles reçoivent pour cela une légère subvention, de la ville. Aucun règlement force les enfants de faire nettoyer et réparer leurs dents. En dehors de Montréal rien n'est fait pour l'Hygiène Dentaire. Dans les autres Provinces du Canada, on fait beaucoup plus, nombre de villes ont des cliniques scolaires obligatoires. Tous les Etats de l'Amérique du Sud sont avancés sous ce rapport et les villes un peu considérables possèdent des cliniques dentaires pour les enfants des écoles. En France, en Italie, en Espagne, en Angleterre, en Suède, en Norvège, en Allemagne, en Autriche, en Russie, etc., existent des cliniques dentaires très modernes. C'est en Allemagne que l'Hygiène Dentaire Publique a pris son plus grand essor. Dans ce pays des Compagnies d'assurances, ont à leur emploi des Dentistes chargés de réparer les dents des assurés. Et ces compagnies y trouvent leur compte.

Au mois de Juin 1909, à la suite d'une entente avec le bureau d'éducation de la ville de Cleveland, Ohio, dix Dentistes accompagnés de dix nurses se présentèrent à l'école Marion de cette ville, afin de se rendre compte de l'état de la bouche et des dents des élèves de cette école. L'inspection porta sur 846 enfants et une carte record fut faite pour chacun d'eux. Sur ces 846 examinés, trois furent trouvés ayant une bouche et des dents saines, l'un était un petit nègre de onze ans, l'autre une petite fille slave de dix ans, arrivée

au pays
rique de p
veloppés

L'an
Ebersole
compte d
physique,
parmi ceu
que nous
mettre leu
dents troi
leur nour
sents à to

Chacun
abandonn

Des e
matière.

Des re
mastiquer
à chacun,
augmenta
mais com
que la bo
ment.

Bref les
au congr
O'Neil, P
Médecins
peut acco

En All
de l'armé
régiments
corps de
lieutenant
gagé des l
En Franc
trop restr
ment de r

En Car
division e
guerre, g
Dr. Clayt
tion d'un
cal. Cet

au pays depuis six mois, le troisième âgé de douze ans, était né en Amérique de parents Russes. Un enfant souffrait de trois abcès, deux bien développés et le troisième en formation.

L'année suivante un second examen fut fait, et c'est alors que le Dentiste Ersole suggéra l'organisation d'une classe d'observation, afin de se rendre compte de l'effet qu'aurait le soin des dents et de leur usage judicieux sur le physique, le moral, et la mentalité des enfants. Quarante élèves choisis parmi ceux qui avaient eu le plus mauvais examen consentirent d'abord à ce que nous leur expliquâmes, dit le Docteur. I.— Nous devons gratuitement mettre leur bouche en parfait état. II.— Ils devaient se servir de la brosse à dents trois fois par jour. III.— Ils s'engageaient à mastiquer complètement leur nourriture, et à ne pas boire en mangeant. IV.— Ils devaient être présents à toutes les réunions que nous exigeions.

Chacun reçut une brosse, une boîte de poudre et un verre à boire. Onze abandonnèrent l'expérience dès le début.

Des essais physiologiques furent faits par le Dr. Wallin, un expert en la matière.

Des repas furent servis dans l'école même, et on enseigna aux enfants à mastiquer, et à manger sans boire, à la fin du repas, un verre d'eau était servi à chacun. A la fin de l'expérience le gain mental des enfants montra une augmentation de 99,8 pour cent. Le gain physique fut très remarquable, mais comme ces enfants étaient à l'âge de la croissance, on se contenta de dire que la bonne condition de leur bouche *aida* considérablement au développement.

Bref les résultats obtenus furent surprenants, et convaincants. Et en 1913, au congrès international d'Hygiène Scolaire, tenu à Buffalo, Mlle C. L. O'Neil, Principale de l'école Marion, vint avec ses 27 élèves montrer aux Médecins et Dentistes de l'univers, ce que l'Hygiène Dentaire et Buccale peut accomplir.

— DANS L'ARMÉE —

En Allemagne, le pays par excellence de l'organisation, le corps dentaire de l'armée est le mieux organisé du monde, il y a des Dentistes attachés aux régiments, aux villes de garnisons, aux forteresses, etc. Aux Etats-Unis le corps dentaire fait partie du corps médical et les Dentistes ont le grade de lieutenant, qu'ils ne peuvent dépasser. En Angleterre le gouvernement a engagé des Dentistes pour la durée de la guerre, ils ne font pas partie de l'armée. En France il y avait quelques Dentistes attachés à l'armée, mais en nombre trop restreint. Depuis peu, le gouvernement Français a pourvu à l'engagement de mille Dentistes, pour la durée de la guerre.

En Canada depuis quelques années, il y avait un Dentiste par brigade ou division et il faisait partie du corps Médical. Depuis le commencement de la guerre, grâce aux efforts et à l'initiative du Dr. Armstrong d'Ottawa, et du Dr. Clayton de Victoria, C. B, le ministère de la Milice a autorisé la formation d'un Corps Dentaire de l'armée, tout à fait indépendant du Corps Médical. Cette organisation ne s'est pas faite sans de grandes difficultés.

Le Conseil de Milice mal renseigné s'opposa beaucoup à cette nouvelle formation et n'eut été la volonté énergique du Major Général, l'Honorable Sir S. Hugues, Ministre de la Milice, notre pays ne posséderait pas ce magnifique corps qui fait l'admiration de ses confrères étrangers, et l'orgueil des Dentistes du Canada.

XII.—HYGIÈNE PERSONNELLE

Le Dentiste doit s'efforcer de mettre en pratique courante, les règles de l'Hygiène, sa tenue personnelle doit être sous ce rapport, irréprochable. Il devra porter un gilet ou une jaquette de toile blanche, qui sera souvent échangée pour une autre plus nette. Avant d'opérer un client, ne fut ce que pour un léger examen, il devra se laver les mains avec un savon antiseptique. Après quoi l'opérateur ne doit toucher rien autre chose que ses instruments et le patient lui-même. Car si après le lavage des mains vous touchez autre chose, vous contaminerez vos mains, et vous devrez les laver de nouveau. Les ongles doivent aussi être bien nettoyés et tenus courts. Vous devez vous raser tous les jours. Vos vêtements et vos chaussures tenus toujours propres.

Les planchers devront être en bois dur ciré, en marquetterie ou recouverts de linoléum, ces derniers seront lavés tous les jours. Les tapis sont anti-hygiéniques, les rideaux sont des ramasse-poussière qui doivent être proscrits. L'ameublement peut être modeste, riche ou luxueux mais toujours il doit être de lignes unies, les sculptures sont autant de nids à microbes. Les cabinets à instruments doivent être munis de tablettes ou tiroirs en métal, en verre, en porcelaine, ou émaillés, facilement enlevables pour être désinfectés. Les instruments ne doivent être placés dans le cabinet qu'après complète désinfection. Les instruments ne doivent jamais être laissés à la vue du client qui entre. Dès que vous avez fini avec un client, tous les instruments doivent être plongés dans un vase contenant une solution de fusiforme, ou tout autre antiseptique, dès que le client a laissé le bureau, la nurse doit mettre tout en ordre, compléter la stérilisation des instruments ayant servi et les placer où ils doivent être dans le cabinet.

La stérilisation se fait de différentes manières, mais toujours elle doit être complète. Il est préférable de se servir de verres individuels qui sont rejetés après usage. Cependant si vous préférez les verres en cristal, vous devez en avoir un nombre suffisant pour toujours en donner un stérilisé, à tout nouveau patient. Vous devez avoir une serviette fraîche pour chaque client; et les déchets de coton ne doivent pas être jetés sur le parquet mais mis dans une petite boîte de carton qui sera souvent changée. Les plus grandes précautions d'asepsie doivent toujours être présentes à votre esprit. Il est arrivé des accidents qui ont amené la mort de client qui n'était dûe qu'à la négligence des principes de l'antiseptie des instruments, tout particulièrement des pinces à extraction et des tire nerfs. La responsabilité du Dentiste est grave et grande, et il ne faut jamais l'oublier.

Le Dentiste doit éviter absolument l'usage des boissons enivrantes et des narcotiques. Le tabac, qui empest l'haleine et les doigts, ne doit pas être fumé pendant les heures de bureau. Attendez pour en faire usage que vos heures de bureau soient passées.

XIII.—EDUCATION PUBLIQUE.

Il est du devoir de tous les Dentistes d'enseigner à leurs clients, les principes de l'Hygiène Dentaire et Buccale, d'aider à convaincre nos gouvernants, législateurs, échevins et conseil ers, que l'Hygiène Dentaire est la plus importante de toutes, et que dans notre province il devrait y avoir un Bureau d'Hygiène Dentaire Provincial chargé de promouvoir, dans toute la province, la connaissance de l'Hygiène Dentaire. La vitalité de notre race en dépend, et c'est tout de suite qu'il faut commencer cette campagne. Ce sont les Dentistes qui savent la nécessité d'une telle campagne populaire et ils sont coupables envers leurs concitoyens, ceux qui se croisent les bras et ne font pas profiter les autres de leur savoir et de leur science. Ne vous confinez pas dans un mesquin égoïsme, que ce que vous avez appris à l'école serve au bien-être et à l'éducation du peuple, qui lui ignore ce que vous savez sur l'importance des bonnes dents. Un peuple qui perd ses dents est un peuple destiné à dégénéraler. Les Allemands, nos ennemis d'aujourd'hui ont été et sont encore so is ce rapport nos éducateurs. Ils n'ont pas été lents à réaliser l'importance des bonnes dents, quand des esprits bien éclairés leur en ont fait voir les bienfaits.

Dans un article intitulé " La Guerre et les Dents," le New-York Press rapporte ainsi les paroles du Professeur Potter, de l'Université Harvard, s'adressant à une réunion à l'infirmerie Dentaire Forsyth de Boston :

" Les dents des soldats Anglais dans les tranchées sont dans un état plus " déplorable que celles des soldats des autres Puissances. Les soldats " Français sont beaucoup plus avancés que les Anglais, sous le rapport de " l'hygiène dentaire, mais ce sont les Allemands qui détiennent le premier " rang ; leur efficacité dentaire équivaut à presque 100 pour cent de la per- " fection.

" De tous les soldats du monde, ce sont ceux d'Allemagne qui jouissent de " la plus grande sollicitude pour le soin des dents. Depuis plus de quinze " ars, le gouvernement Allemand a pris sous ses charges l'entretien des dents " de ses sujets. étabissant des cliniques dentaires dans les écoles publiques, " des infirmeries dentaires dans les villages aussi bien que dans les villes, et " s'assurant qu'aucun enfant, plus particulièrement les garçons reste le moïn- " drement longtemps avec des dents cariées, de crainte que ce ne soit plus " tard la cause de son rejet de l'armée, au moment de l'appel sous les dra- " peaux."

Il suffit d'examiner les photographies prises sur le terrain des hos- tilités, pour constater que les Allemands sont tous de constitution forte et ro- buste. Croyez vous que ce soit avec des dents cariées et des bouches mal- saines qu'ils ont obtenu ce développement physique que nous devons admi- rer, pour en tirer profit? Si nos aïeux avaient eu les dents que nous possé- dons. le Canada serait-il ce qu'il est?

QUESTIONNAIRE

- Quelle est l'action chimique de la salive ?
Définissez la science hygiénique.
Quels sont les moyens directs et indirects de lutte contre la pollution microbienne buccale ?
Quand faut-il nettoyer sa bouche ?
Quel est le plus efficace moyen de se nettoyer la bouche ?
Quels sont les moyens accessoires du nettoyage mécanique ?
Le brossage des dents peut-il causer des érosions ?
Combien de sortes de dentifrices y a-t-il ?
Quelles doivent être les qualités des substances actives ?
Les antiseptiques sont-ils recommandables pour usage prolongé ?
A quoi servent les essences ?
Qu'entendez vous par excipient ? Par colorant ?
Quelle réaction doit avoir un dentifrice ? Pourquoi ?
Formulez un élixir neutre, alcalin ou astringent.
Que faut-il éviter dans la composition des poudres dentifrices ?
Lequel faut-il préférer de la poudre ou de la pâte ?
Donnez votre opinion sincère sur l'usage des boissons alcooliques par le Dentiste ; du tabac.
Au point de vue de l'hygiène buccale, comment traitez vous les caries et les racines découronnées ?
La reminéralisation du système osseux est-elle nécessaire ? Quand ?
Donnez les grandes lignes de la médication reminéralisante ?
Formulez une ordonnance reminéralisante.
Quels sont les inconvénients à éviter dans cette reminéralisation ?
Quand doit commencer l'hygiène bucco-dentaire chez l'enfant ?
A quelles époques se développe la stomatite ulcéro-membraneuse ?
Quand et où se produit l'ostéomyélite chez les enfants ?
L'otite tuberculeuse peut-elle être cause d'infections ? Lesquelles ?
L'infection d'origine buccale peut-elle comporter des complications locales, de voisinage ou plus éloignées ?
Quand faut-il apprendre à l'enfant à se servir de la brosse à dent ?
La mastication est-elle un moyen de prévention de la carie ?
Dans l'affirmative, comment ?
Quelle doit être l'alimentation de l'enfant à l'âge de neuf mois ?
Quels sont les meilleurs aliments au point de vue de l'hygiène dentaire ?
Comment doit-on terminer les repas ?
A quel âge l'enfant doit-il être emmené chez le Dentiste pour examen ?
Que devez-vous alors dire aux parents sur les dents des enfants ?
Quelle est la meilleure conduite à observer envers les enfants ?
Que veut dire Prophylaxie Orale ?
Que devons-nous employer ce terme ?
En quoi consiste la prophylaxie orale ? Quelle est son importance ?
Quand faut-il faire le nettoyage des dents ? Quels sont ses avantages ?
Donnez la formule de la solution dévoilatrice de Skinner ?
Manière de la préparer ?
Quels ingrédients sont employés dans le nettoyage des dents ?

Devez-
Quels a
Peut on
Quelles
A quo
La cart
lai
La muq
Quelles
bo
Que pe
Quelles
Quelles
Devons
leu
Peut-on
de
L'alime
Comme
pe
Quelles
jus
L: lait
Que fa
mi
Quelle
à
Quel ef
vu
Quel h
Donne
Dites l'
Donne
Quelle
Quelle
Est-il r
Sur qu
Dites l
tr
Les épi
Donne
Quel ré
la

- Devez-vous lustrer les dents après le nettoyage ? Pourquoi ?
- Quels avantages dérivent d'une hygiène dentaire sérieuse ?
- Peut-on s'immuniser contre la carie ou le tartre ?
- Quelles sont les conséquences du mauvais état des dents chez les enfants ?
- A quoi expose l'absence d'hygiène dentaire chez l'enfant ?
- La carie dentaire peut-elle infecter les amygdales et les ganglions sub-maxillaires ? Quel en serait le résultat ?
- La muqueuse buccale de l'enfant peut-elle être cause d'infection ? Pourquoi ?
- Quelles sont les quatre opérations à faire pour conserver la cavité buccale en bonne santé, et faire rendre aux dents leur maximum de services ?
- Que pensez-vous de l'usage de donner des hochets aux jeunes enfants ?
- Quelles infirmités peuvent ils occasionner ?
- Quelles affections le lait peut-il causer dans la bouche des bébés ?
- Devons-nous instruire les mamans sur ce que renferment les mâchoires de leurs petits ?
- Peut-on éviter entièrement les convulsions chez les enfants à l'époque de la dentition ?
- L'alimentation a-t-elle quelque chose à voir dans l'éruption des dents ?
- Comment doit s'opérer l'évolution de la dentition temporaire à la dentition permanente ?
- Quelles conséquences peuvent avoir l'habitude chez les enfants de se servir jusqu'à un âge assez avancé de sucres, tétines, ou de se sucer le pouce ?
- Le lait est-il un liquide pour l'alimentation ?
- Que faut-il faire pour stimuler le développement normal des muscles, des mâchoires et des dents ?
- Quelle est la meilleure méthode d'enseigner à l'enfant à se servir de la brosse à dents ?
- Quel effet une dent cariée peut-elle avoir sur les autres dents au point de vue de leur utilité ?
- Quel habitude contractera l'enfant ayant une dent sensible à la mastication ?
- Donnez un terme propre s'appliquant à l'importance de la dent de six ans.
- Dites l'importance de la dent de six ans.
- Donnez les inconvénients résultant de l'absence de la dent de six ans.
- Quelle pression peut exercer l'effort de la mastication ?
- Quelle est l'utilité de la mastication ?
- Est-il nécessaire de donner des conférences publiques sur l'hygiène dentaire.
- Sur quels sujets doivent porter ces conférences ?
- Dites le résultat obtenu à l'orphelinat St Vincent de Boston à la suite du traitement prophylactique introduit par le Dr. Keyes.
- Les épidémies peuvent-elles être propagées par la bouche et les dents ?
- Donnez-en un exemple.
- Quel résultat peut avoir sur le développement physique, moral et intellectuel, la pratique de l'hygiène dentaire et orale ?
-