

Technical and Bibliographic Notes / Notes techniques et bibliographiques

Canadiana.org has attempted to obtain the best copy available for scanning. Features of this copy which may be bibliographically unique, which may alter any of the images in the reproduction, or which may significantly change the usual method of scanning are checked below.

Canadiana.org a numérisé le meilleur exemplaire qu'il lui a été possible de se procurer. Les détails de cet exemplaire qui sont peut-être uniques du point de vue bibliographique, qui peuvent modifier une image reproduite, ou qui peuvent exiger une modification dans la méthode normale de numérisation sont indiqués ci-dessous.

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

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

- Additional comments / Commentaires supplémentaires: Pagination continue.

JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

Organe officiel du Conseil d'Hygiène
de la Province de Québec.

REVUE MENSUELLE

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

Secrétaire de la Rédaction: Le Dr L.-E. FORTIER.

AOÛT 1894

“ La législation sanitaire est peu de choses sans une éducation appropriée aux mœurs. Ainsi l'obligation de donner une vive et salutaire impulsion à l'éducation des masses, par l'enseignement des vrais principes de l'hygiène privée et la démonstration péremptoire que la santé de l'individu conduit sûrement à celle de la communauté.”

ABONNEMENT : \$1.50, PAYABLE D'AVANCE.

SIEGE DE L'ADMINISTRATION : 25, RUE STE-THERÈSE,

Boîte 2027, Bureau de Poste

MONTREAL.

SOMMAIRE

Le Congrès d'hygiène à Montréal.—Une cure en omnibus.—Trois malheurs à la fois.—Hygiène et médecine : des secours à donner aux noyés ; faut-il manger froid ou chaud ; brûlures au phosphore ; le tabac ; foot-ball ; lait cru et lait bouilli ; traitement de l'alopécie ; farine lactée Nestlé ; lotion pour la peau.—Hygiène thérapeutique : mal de bright chronique ; hygiène des brightiques.—Hygiénistes inédits.—Falsification du lait.—Les foudroyés rappelés à la vie.—Comment on guérit le bégaiement : mécanisme de la parole.—Prime exceptionnelle à nos abonnés.—Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec, pendant le mois de Juillet 1894 (*tableaux*).

EAU DE VICHY

SOURCE DUBOIS

Rue de Nimes, 126, a Vichy (En face les Celestins)

AUTORISÉE ET CONTROLÉE PAR L'ÉTAT

Approuvée par l'Académie de Médecine de Paris.

SOUVERAIN : DANS LA DYSPEPSIE

*les affections de l'estomac, du foie, de l'intestin, des reins,
de la vessie, albuminurie, diabète, gravelle
urique, goutte, rhumatisme, obésité.*

La plus froide (11 degrés) des eaux véritablement de Vichy.

Prise comme eau de table, elle excite l'appétit et assure toujours une bonne digestion.

Dépôt chez tous les pharmaciens et marchands d'eaux minérales.

Agence générale pour le Canada :

A. BRISSET & FILS

MONTREAL.

Authenticité garantie.

RHUMES NÉGLIGÉS, BRONCHITES, CATARRHES

SONT GUÉRIS

infailliblement

PAR LES

**CAPSULES
COGNET**

*Le plus
puissant remède contre les*

MALADIES DE POITRINE

PARIS, 43, rue de Saintonge, PARIS
et **TOUTES PHARMACIES**

VIN LABUSSIÈRE

TONIQUE PUISSANT, D'UN GOUT EXQUIS
à la Noix de Kola et aux Quinquinas.

PILULES LABUSSIÈRE

LE MEILLEUR FERRUGINEUX, SOUVERAIN
dans l'Anémie, la Chlorose.

Dépôt à **MONTREAL - PHARMACIE DECARY**

GALANTE FILS

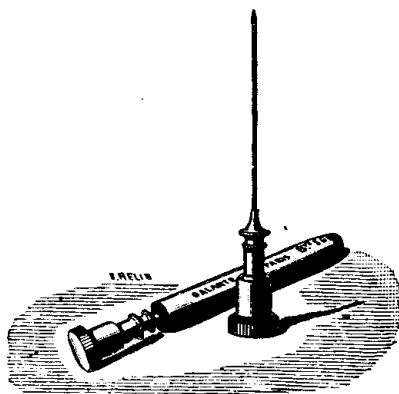
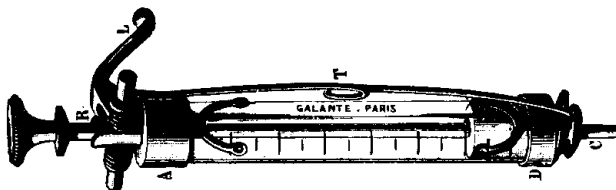
FABRICANT D'INSTRUMENTS DE CHIRURGIE

2, rue de l'École-de-Médecine, 2. — PARIS

SERINGUE STERILISABLE

De M. le Professeur DEBOVE.

Présentée par M. le Dr D'ARSONVAL à la Société de Biologie, séance du 7 janvier 1893.



Les modèles de cette seringue forment, au point de vue de la contenance, une série de douze types qui sera augmentée ultérieurement.

CONTENANCES :

Nos 2.	Deux centimètres cubes.	Nos 8.	Huit centimètres cubes
3.	Trois — —	9.	Neuf — —
4.	Quatre — —	10.	Dix — —
5.	Cinq — —	11.	Quinze — —
6.	Six — —	12.	Vingt — —
7.	Sept — —		

Toutes les pièces constituant ces seringues sont interchangeables. Il suffit de demander la pièce qu'il y a lieu de remplacer en indiquant le numéro ou la contenance de la seringue à laquelle elle est destinée. Dans tous les cas, cette pièce sera facilement mise en place par la personne qui se sert habituellement de l'instrument.

POUR LA VENTE A MONTREAL :

ALBERIC DURAND, - - - 1964, rue Notre-Dame.

DÉPOSITAIRE DE LA PHARMACIE CENTRALE DE FRANCE.

CATARRHE NASAL,
CORYZA (Rhume de cer-
veau). OZÈNE. PUNAISIE
(Puanteur du Nez) etc.

GUÉRIS PAR LE

Baume Catarrhal

— DU —

Dr NEY

Le grand remède français

Témoignage du Rév. F. J. E Poirier

Montréal, 14 avril 1891.

M. L. ROBITAILLE, Pharmacien

Monsieur,

"Je me fais un devoir de reconnaître les ver-
tus curatives de votre excellent BAUME CA-
TARRHAL du Dr Ney. Je souffrais depuis
plusieurs mois d'un CATARRHE NASAL,
pour la guérison duquel j'avais employé sans
succès un Baume Nasal réputé très efficace en
pareil cas. Sur votre recommandation, j'essayai
le BAUME CATARRHAL du Dr NEY ; il n'y
a que quelques jours que j'en fais usage et la
maladie me parait déjà en pleine voie de gué-
rison." Votre bien dévoué etc.

J. E. POIRIER.

En vente partout à 50 cts et \$1.00

— Franco par la maille sur réception du prix

SEUL PROPRIÉTAIRE

L. ROBITAILLE, Chimiste
JOLIETTE, P. Q.

J. EMILE VANIER

Chemins de fer et routes, aqueducs, égouts,
ponts, arpentages publics et particuliers,
subdivisions cadastrales.

Plans et devis pour constructions civiles et religi-
euses, établissements industriels, constructions
privées. Expertises, arbitrages, expropriations.

Ingenieur Civil et Sanitaire, Arpenteur Provincial, Architecte

Bureaux : — Imperial Building, 6^{ème} Etage, Rue St-Jacques
MONTREAL.

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

Les Corporations et le public sont respectueusement invitées à correspondre.

Le Progrès médical : rédacteur en chef Dr BOURNEVILLE,
publie les travaux originaux des sommités médicales françaises, parmi lesquelles :
MM. les Professeurs CHARCOT, STRAUS, DUPLAY, PANAS, LOLOIR, TARNIER, etc.
MM. les Professeurs AGRÉGÉS, BALLEZ, CHANTEMESE, BLANCHARD, BONNAIRE,
BUDIN, LANDOUZY, F. RAYMOND, POIRIER, TERRILLON, etc. ; MM. les médecins
des hôpitaux, COMBY, MAGNAN, JOSIAS, JULKS SIMON, SEVESTRE, TERRIER,
TROISIERS, etc., etc. Un No hebdomadaire de 24 ou 32 pages, illustré de nom-
breuses gravures. Il forme par an, deux beaux volumes in-4 raisin, d'environ 600
pages chacun. Abonnement d'un an 21 fr. pour.....

Établissement Hydrominéral de

CONTREXÉVILLE

Source du **PAVILLON**

La seule décrétée d'intérêt public

FORTIFIANTE - AMIE DE L'ESTOMAC

...*Saison du 20 Mai au 20 Sept.*...

Souveraine et sans rivale dans les Affections :

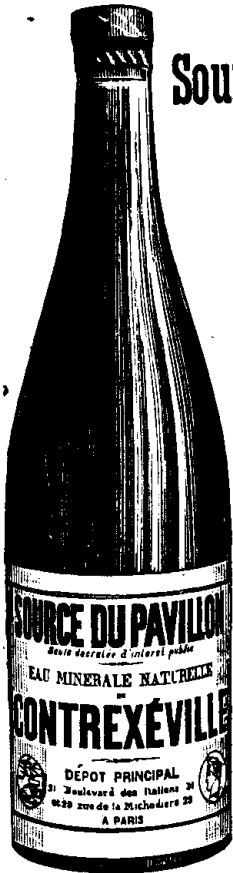
GOUTTE

GRAVELLES

DIABÈTE

MALADIES DU FOIE

VOIES URINAIRES



EXIGER
la Source du

PAVILLON

A. BRISSET & FILS

Agents pour le Canada

Rue Gosford, Montréal.

JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

Organe Officiel du Conseil Provincial d'Hygiène

XI^e ANNÉE

MONTREAL, AOUT 1894

No 4

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

SECRÉTAIRE DE LA RÉDACTION : LE DR L.-E. FORTIER.

☞ Ce journal ne paraîtra pas en Septembre prochain. Nous publierons un numéro double vers le 10 Octobre avec le compte rendu des travaux du Congrès d'hygiène qui se tiendra à Montréal le 25 Septembre.

CONGRÈS D'HYGIÈNE A MONTREAL

Comme nous l'avons déjà annoncé dans ce journal, c'est à Montréal que se tiendra, le 25 septembre prochain, le Congrès annuel de l' " Association américaine d'hygiène publique. C'est la première fois qu'il est donné à la province de Québec de compter les savants canadiens adonnés à l'étude de la science de l'hygiène, soucieux de faire œuvre patriotique en consacrant leurs intelligents loisirs à suivre les progrès de la science sanitaire, à vulgariser ses connaissances autour d'eux. Nous avons la conviction que cette réunion de savants qu'anime une passion commune, exercera un courant d'idées qui s'imposent, signalant, ici une réforme nécessaire, là une modification importante dans l'enseignement, ailleurs une mesure féconde en résultats pratiques.

Les membres de cette Association sont des travailleurs qui réunissent patiemment les éléments de travaux qu'ils transmettent à ce congrès annuel et qui forment un fort volume rempli de choses intéressantes concernant la santé individuelle et publique.

Déjà un bon nombre des nôtres nous ont exprimé leur intention de prendre une part active en présentant des travaux.

Voici la liste des officiers pour l'année 1893-94 :

Président : M. le Dr E. P. Lachapelle, Montréal ; 1er vice-président : M. le Dr Carmona Y Valle, Mexico ; 2e vice-président : M. le Dr N. McCormack, Bowling Green, Ky. ; Secrétaire, M. le Dr Irwin, A. Watson, Concord N. H. ; trésorier : M. le Dr O. Holton, Battlebow Vt.

Les comités spéciaux sont les suivants :

1. Sur la pollution de l'eau ; 2. Sur la manière de disposer des déchets, etc. ; 3. Sur les maladies des animaux et la nourriture animale ; 4. Sur la nomenclature des maladies et la forme des statistiques ; 5. Sur les inoculations protectrices dans les maladies infectieuses ; 6. Sur la législation sanitaire nationale ; 7. Sur la cause et la prophylaxie de la diphtérie ; 8. Sur la cause et la prévention de la mortalité infantile ; 9. Sur la restriction et la prévention de la tuberculose ; 10. Sur l'hygiène des chars des voies ferrées ; 11. Sur l'éducation de la jeunesse dans les éléments de l'hygiène ; 12. Sur la destruction des déchets à domicile, etc. ; 13. Sur la désinfection des logements après les maladies infectieuses ; 14. Sur l'inspection des enfants d'école en rapport avec la vue ;...15 Comité international pour prévenir la dissémination de la fièvre jaune

Comité local d'arrangements :—Pour tous renseignements s'adresser au Dr Elz'ar Pelletier, 76 St-Gabriel, Montréal, ou au Dr J. I. Desroches, 2027 Bureau de Poste., Montréal.

Le comité général d'organisation

Président honoraire : son honneur le Maire de Montréal ; vice-président honoraire : Sir Donald Smith ; Président : M. le Dr R. Craik ; Secrétaire : M. le Dr E. Pelletier ; MM. les Drs W. H. Hingston, président du comité de finance, J. P. Rottot, président du comité des adhésions, F. W. Campbell, président du comité d'excursion à la Quarantaine de la Grosse, Ile M. H. R. Gray, président du comité pour les arrangements à prendre avec les compagnies de chemin de fer et navigation..., M. C. Beausoleil, président du Conseil d'hygiène de Montréal, MM. les Drs L. Catellier, membre du Conseil provincial d'hygiène, T. G. Roddick, directeur du MEDICAL JOURNAL, A. Lamarche, directeur de L'UNION MÉDICALE DU CANADA, J. I. Desroches, directeur du JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE, L. Laberge, médecin municipal de Montréal, J. A. Beaudry, président du comité de publication, A. Méthot, membre au Conseil provincial d'hygiène.

MEMBRES HONORAIRES.—M. le Dr P. H. Bryce, secrétaire du Conseil d'hygiène de la province d'Ontario ; M. le Dr A. P. Reel, secrétaire du Conseil d'hygiène de la province de la Nouvelle-Ecosse ; M. le Dr G. E. Coulthard, secrétaire du Conseil d'hygiène de la province du Nouveau-Brunswick ; M. le Dr E. M. Wood,

secrétaire du Conseil d'hygiène de la province du Manitoba ; M. le Dr Davie, officier de santé de la Colombie Anglaise.

Comités spéciaux

COMITÉ DE FINANCE.—M. le Dr W. H. Hingston, président, MM. le Dr R. Craik, C. P. Hébert, R. B. Angus, Wolferston Thomas, L. J. Forget et l'Honorable R. Thibeau.

COMITÉ D'ADHÉSIONS.—M. le Dr J. P. Rottot, président, M. H. R. Gray, MM. les Drs Bell, A. Lamarche, J. M. Beausoleil, James Stuart, J. I. Desroches, L. Catellier, R. F. Ruttan, L. J. V. Cle-roux, H. Roy, MM. les ingénieurs, J. E. Vanier, J. E. Doré et M. le prof. Bovey.

COMITÉ DE PUBLICATION.—M. le Dr J. A. Beaudry, président, MM. les Drs W. Johnston, Ls Laberge, J. A. U. Beaudry et Ste-venson.

COMITÉ D'EXCURSION.—M. le Dr F. W. Campbell, président et MM. les Drs J. A. Beaudry et Ls Laberge.

M. H. R. Gray a été chargé par le comité général d'obtenir des compagnies de chemins de fer et de navigation des arrangements spéciaux pour le transport des membres du Congrès.

* * *

Voici une liste d'un certain nombre de travaux destinés au Congrès :

M. le Dr E. P. Lachapelle, de Montréal: Discours de Bienvenue.
M. le Dr Gauvreau, de Québec: Culture et récolte aseptique de la lymphé vaccinale.

M. le Dr Catellier, de Québec: Différents modes de calculer la taxe de l'eau et leurs rapports avec l'hygiène domestique.

MM. les Drs Simards et Fortier, de Québec: Considérations sur l'alimentation des enfants du premier âge eu dehors de l'alimentation au sein.

M. le Dr Adami, de Montréal: 1. travail—la difficulté de reconnaître exactement le bacille pathogénique.

2e travail: le bacille pyocyaneus comme une cause de la mortalité infantile.

M. le Dr Montizambert: applications quaranténaires avec illustrations.

M. le Dr S. Gauthier, d'Upton: Importance de l'enseignement de l'hygiène dans les écoles.

M. le Dr Brennan, de Montréal: 1e travail: Un plaidoyer en faveur de la vaccination aseptique.

2e. travail: L'hygiène scolaire.

M. le Dr O'Donnell, de Winnipeg: le climat et ses effets sur la tuberculose.

M. le Dr James Patterson, de Winnipeg : Hygiène des wagons de chemins de fer.

M. le Dr Bessey, de Toronto : Le danger de la viande comme une source de maladies et la nécessité d'une prompt inspection sanitaire.

M. le Dr Ls Labeige, de Montréal : Progrès de l'hygiène à Montréal.

M. le Dr E. Pelletier, de Montréal : la syphilis et l'hygiène.

M. le Dr J. A. Beaudry, de Montréal : Les cimetières.

M. le Dr A. A. Foucher, de Montréal : La myopie dans ses rapports avec l'hygiène scolaire.

M. le Dr L. E. Fortier, de Montréal : la durée physiologique du travail physique et intellectuel.

M. le Dr V. Johnston, de Montréal : Sur l'eau potable.

M. le Dr Ruttan, de Montréal : Sur l'eau potable.

M. le Dr J. I. Desroches, de Montréal : L'hygiène dans l'éducation médicale.

M. Richard P. Fleming, de Montréal : La ventilation mécanique.

M. Frank T. Smith, d'Ottawa : l'air et l'eau de nos Colonies.

M. Brittain, de Montréal : Les égouts de Montréal.

M. Davis, de Montréal : De l'aqueduc de Montréal.

M. Ch. A. Hodgett, de Toronto : Les épidémies de diphtérie dans les districts ruraux.

M. Doré, de Montréal : Ventilation des écoles.

M. J. Emile Vanier, de Montréal :

M. Alan MacDougall, de Toronto :

Nous omettons ici des noms qui ne nous viennent pas à la mémoire.

L'anglais, le français et l'espagnol seront les langues officielles à ce congrès. Cependant, par déférence pour nos hôtes, dont la plupart ne comprennent que l'anglais, il serait désirable que tous les travaux fussent rédigés ou traduits en anglais.

*
* *

Des arrangements ont été pris avec quelques uns des principaux hôtels de Montréal.

Le Windsor charge \$3.00 par jour.

Le St-Lawrence Hall, \$2.50 par jour.

Le Queens Hotel, \$2.50 et \$3.00 par jour.

Le Balmoral Hotel, \$2.50 et \$3.00.

Hôtel Richelieu, \$2.50 et \$3.00.

*
* *

Le Congrès, comme nous l'avons déjà annoncé, durera trois jours du 25 au 28 septembre. Le 28 à 3 heures P. M. les membres du

Congrès laisseront Montréal pour la Grosse Ile, Station de Quarantaine dans la province de Québec et reviendront à Montréal le 30 au matin. Les excursionnistes s'arrêteront quelques heures à Québec.

Les législatures d'Ottawa, de Québec, le Conseil de Ville de Montréal prennent intérêt à ce Congrès et ont promis leur appui effectif.

Enfin la science de l'hygiène est une œuvre patriotique : elle veut la santé de tous ; elle rapproche ceux que l'ignorance sépare, et la sympathie mutuelle qui naît de rapports plus fréquents fait lentement et sûrement son œuvre.

UNE CURE EN OMNIBUS

Par HENRI DE PARVILLE (1)

Il est toujours bon de se défier des opinions toutes faites ; il en est beaucoup qui ont besoin d'être révisées. Il est entendu, par exemple, que, lorsqu'on se promène en voiture, on ne fait aucun exercice. Quand on demande à quelqu'un : Un homme qui va en omnibus de la Madeleine à la Bastille et de la Bastille à la Madeleine, du matin au soir, prend-il de l'exercice ? on ne manquera pas de répondre invariablement par la négative. Cet homme n'a pas marché, il s'est tenu tranquille, il s'est immobilisé ; quel exercice aurait-il fait ? Eh bien, il a fait de l'exercice tout de même ; essayez et vous serez rompus. Nous connaissons un valétudinaire qui a entrepris une cure de voiture, de wagon et d'omnibus et il gagne tous les jours de la force. On lui a ordonné d'aller en tramway de Saint-Cloud au Louvre et réciproquement, parce que la ligne est détestable et que les voitures font des soubresauts répétés, il se trouve fort bien de ce régime ; il fait le tour de Paris en chemin de fer de ceinture, parce que les freins à l'air, mal maniés par les mécaniciens, arrêtent brusquement et font à son corps des chocs violents. Plus le train est mal conduit et mieux il se porte. Mais ce qu'il préfère, et ce qui vaut mieux encore, c'est la vieille carriole des paysans qui le secoue des pieds à la tête et le ballote dans tous les sens. Après une demi-journée de carriole, la fatigue est extrême, on n'en peut plus et l'on dort bon gré mal gré. On ne met pas un pied devant l'autre, et cepen-

(1) *Revue d'hygiène thérapeutique.*

dant on est brisé comme après deux heures d'un exercice violent. La cure par la carriole, la gymnastique de carriole, mais c'est tout puissant pour les affaiblis ! C'est même trop puissant quelquefois.

On comprend, sans qu'il soit besoin de beaucoup insister, que notre corps lorsqu'il est secoué, soumis à des trépidations continues est bien obligé de faire de l'exercice bon gré mal gré ; tous les muscles réagissent inconsciemment, tous nos organes en éprouvent le contre-coup ; tout remue et entre en action. Evidemment ce n'est pas là de la gymnastique grand genre et il ne faudrait pas s'en contenter, mais c'est déjà quelque chose que de prendre de l'exercice sans qu'on s'en doute, et pour les faibles et les vieillards, c'est beaucoup.

Les chemins de fer ont fait beaucoup de bien à certains malades. Si les voyages forment la jeunesse ils donnent des forces aux adultes et aux vieillards. Ils rendent l'homme plus fort et plus résistant. On ne croirait pas aisément qu'un long parcours en chemin de fer est souvent salutaire. On se plaint d'être brisé après une journée de locomotion en wagon. C'est précisément la preuve que l'on a fait de l'exercice. Qui n'a pas observé que l'on a souvent faim en wagon bien plus que chez soi ? Le chemin de fer hâte la digestion. Les trépidations brassent le bol alimentaire et activent les combustions. Certaines affections de l'estomac et des intestins s'améliorent en chemin de fer. C'est pour cela que

FEUILLETON

Trois malheurs à la fois

Ceci est une histoire simple et vraie, et navrante.

C'est un père de famille qui vient de me la raconter :

« Ma femme, ce matin-là, fatiguée par une nuit de bal d'où nous étions rentrés à l'aube, dormait encore à l'heure où d'ordinaire elle avait donné au bébé son bain quotidien ; moi, il y avait beau temps que j'étais levé. J'étais enfermé dans mon cabinet, lisant d'un œil et suivant de l'autre l'enfant qui marchait à quatre pattes et s'abattait sur le tapis sourd. Je l'avais enlevée de son berceau où elle chantait sur des tons que l'Albani ne connaît plus. L'opéra qu'elle disait n'aurait été reconnu ni par Gaillard ni par Audran, la petite chantait à bon cœur mieux que tous les premiers prix du Conservatoire. Seulement, elle aurait réveillé la maman, qui avait besoin de repos.

l'on conseille quelquefois aux malades d'aller habiter loin du centre, près d'une station, pour les obliger à soumettre leurs corps aux mouvements irréguliers d'un wagon ou d'une voiture.

Le transport dans un véhicule peut remplacer la marche ; des piétons sourient quand ils rencontrent un voisin qui pour se faire du bien, s'en va tranquillement dans sa voiture et disent : " Ce n'est pas le moyen de reprendre des forces " ; ceux-là raisonnent et parlent mal. Il vaudrait mieux marcher assurément, mais quand ce n'est pas possible, le déplacement en voiture produit en petit l'effet de la marche. La chimie physiologique confirme l'exactitude de ces vues. Les urines deviennent fortement acides après les grands trajets de chemins de fer par l'augmentation des produits de la combustion, tout comme après de longues marches. On peut dire que les trépidations des wagons ou des voitures activent la désassimilation, la circulation et déterminent une exagération des phénomènes vitaux. Il y a brassage général, massage des organes et des tissus. Ces effets curatifs sont certains, et il suffit d'ouvrir les yeux pour s'en apercevoir.

Il ne faut donc pas répéter que celui qui se promène en voiture ne prend pas d'exercice. Et si l'on conserve quelque doute après ce que nous venons de dire, prière de solliciter une petite place sur la banquette d'une carriole ou sur un caisson d'artillerie. La conviction viendra.

" Il était déjà tard, et plus d'une fois j'avais songé à tirer du sommeil ma femme, la nonchalante. J'entrais dans sa chambre d'un pied libre, mais là je n'osais plus. C'eut été pitié, parole !

" Alors je sortais de la chambre sans effrayer les songes, sans dénouer ce fils mystérieux qui relie pendant le sommeil avec les êtres d'au delà. Et je revenais amuser le Bébé, lui ramassant sa poupée sans bras, ses autres joujoux, lui parlant de ma voix la plus douce, l'empêchant surtout de pleurer. Je la faisais sauter sur mon pied, en lui disant : Au pas, petit trot, grand trot, à la course. Comme elle riait d'un bon cœur, et aux éclats, de sa chère petite voix de soprano, quand, après avoir du bout du doigt touché tous ses traits en disant : Menton fourchu, bouche d'argent, nez cancan, joue rôtie, gros œil, sourcillon, j'ajoutais, en frappant légèrement de la main son beau front : Cogne la caboche ! Je lui ai donné tous les noms ! Mon loup blanc, la petite chatte, la belle coquine, le rat doré, la vieille canaille, la loutre à papa, mon chou

HYGIENE ET MEDECINE

Des secours à donner aux noyés

Les récentes communications de M. Laborde à l'Académie de médecine, les différents travaux qui ont paru sur la question, ont beaucoup changé la formule de la conduite à tenir dans la manière de porter secours aux noyés. Il y a aujourd'hui une succession de manœuvres qui demandent toutes à être faites en leur moment, et à être connues. Aussi nous empressons-nous de reproduire la notice rédigée par le docteur Mareschal dans le journal de *Médecine pratique* et destinée aux régiments de pontonniers, c'est une question que tout le monde doit connaître.

Aussitôt que le noyé sera retiré de l'eau :

“ I. Après avoir étendu le corps sur le dos en laissant la tête basse, dégagé le cou en enlevant ou coupant le col et la cravate, écarté les mâchoires et fait maintenir cet écartement par un aide ; enfin, débarrassé rapidement la gorge des mucosités qui peuvent l'obstruer, on pratiquera immédiatement le “ procédé de la langue ” de la façon suivante :

“ L'opérateur saisissant solidement le corps de la langue entre le pouce et l'index, avec un mouchoir ou un linge quelconque et même au besoin avec les doigts nus, exerce sur elle, quinze fois par minute, de fortes tractions rythmées suivies de relâchement.

“ Il est indispensable qu'il se rende bien compte que ces trac-

d'argent, — toutes ces innocentes bêtises et ces divines injures que nous adressons aux petits enfants, — je ne m'en suis pas fait fautes, va !

“ Elle n'avait jamais été ni si belle, ni si gaie.

“ Comme êtreindre et baiser sont l'expression la plus souveraine de l'amour, j'étreignais et baisais ce petit visage doux et chaud, net à croquer, fait de lait et de roses. Et l'heure passait, coulait. Si mon bureau m'invite, le bonheur me retient : au diable les affaires !

“ Mais voici que la maman s'éveilla. Je l'entendis appeler de sa voix la plus traînante : Titite ! C'était le signal du vacarme. . .

“ Les enfants avaient quitté la chambre pour permettre à leur mère de se lever et transporter leur gaieté bruyante dans mon cabinet, où je les avais suivis. La servante avait monté le petit bain de fer blanc peinturluré, d'où s'échappait de la buée et qui ne contenait encore que de l'eau bouillante pour la toilette du bébé,

tions agissent sur la racine même de la langue et non seulement sur la pointe.

“ Tout à fait au début, pendant les deux ou trois premières tractions, il sera utile d'introduire l'index de l'autre main dans l'arrière-gorge, de façon à provoquer le vomissement.

“ En même temps, deux aides pratiquent la respiration artificielle, en opérant simultanément des pressions rythmées et énergiques l'un sur les deux côtés de la poitrine, concentriquement, l'autre sur le ventre de bas en haut. Ces pressions sont faites quinze fois par minutes et suivies chaque fois d'un relâchement brusque et simultané.

“ L'opérateur qui agit sur la langue prononce le commandement : Un ! au moment où il opère la traction, et le commandement : Deux ! lorsqu'il fait rentrer la langue dans la bouche. Les pressions sur la poitrine et le ventre doivent coïncider avec le commandement : Deux ! et leur cessation avec le commandement : Un ! ”

Ces soins immédiats doivent être appliqués durant au moins quinze minutes, pendant lesquelles on fait, dans la limite des moyens dont on dispose, frictionner et réchauffer le patient.

“ Il faut ensuite :

“ II. Transporter rapidement le noyé au poste de secours ou dans un abri proche et bien aéré ; le déshabiller, l'essuyer, l'envelopper avec un peignoir de flanelle et le coucher sur un lit en lais-

car on avait l'habitude, que je déplorerai toujours, de la laver à l'eau chaude. L'éponge, le savon, l'essuie-main, le peigne minuscule et la brosse de poils de chameau, ces instruments de supplice pour tous les enfants, étaient là tout prêts. On va baigner Mademoiselle, et je vais la revoir battre l'eau de ses chères menottes et inonder sa mère, qui se récriera, mais laissera faire, et mordre l'éponge et lancer des cris joyeux. Comme j'ai hâte d'assister au bain de mon adorable tyran !

“ A cette minute-là, il n'y avait sous le soleil personne qui fût plus heureux que moi. Ce n'était ni un pacha à trois queues, ni un sultan et ses sultanes, ni un roi, ni un millionnaire qui m'auraient fait envie. J'étais gorgé de tous les plaisirs vrais : une femme jeune, bonne, intelligente, belle, des enfants ravissants, pleins de santé, mon existence à l'abri du besoin et celle des miens protégée par... les meilleures assurances ; peu d'amis, mais de solides, et pas un ennemi. C'était moi qui fallait envier !

sant la tête basse. Si le retour de la respiration ne s'est pas produit, on emploie alors le procédé suivant dit " procédé de Sylvestre " pour la respiration artificielle.

" Après avoir fait saillir la poitrine en passant sous les reins des vêtements roulés ou un coussin ; les mâchoires étant écartées et la langue maintenue, autant que possible, hors de la bouche, par un aide placé à califourchon au niveau du ventre du patient, l'opérateur, agenouillé à la tête du noyé, fait ployer les avant-bras, saisit les coudes et les appuie fortement sur les parois de la poitrine (premier temps) ; les en écarte horizontalement, de façon que chacun d'eux forme un angle droit avec le corps (deuxième temps ; les enlève verticalement en avant de la tête (troisième temps) ; puis, les rabat directement sur la poitrine (premier temps). La même manœuvre est répétée quinze fois par minute, pendant dix minutes,

" III. Ensuite, on emploiera de nouveau, pendant quinze minutes, le procédé de la langue, combiné avec celui de la respiration artificielle, ainsi qu'il est dit au paragraphe I. On alternera ainsi les deux méthodes pendant une heure au moins.

" IV. Simultanément, il est utile que d'autres aides soient occupés à rappeler la circulation et la chaleur par les moyens suivants :

" Frictions sur tout le corps, la plante des pieds, la paume des mains avec des gants de crin, des frotoirs de laine, des linges

" Oui, à cet instant-là, mais pas une minute après !

" Ne t'étonne pas si j'ai déjà, à trente ans, la patte d'oie et les cheveux poivre et sel : mon grand ressort est brisé. Je traîne l'existence, je ne la vit plus. Tiens, prends ma main frémissante, mets la tienne sur mon cœur et voit s'il bat ; regarde-moi : je dois être pâle, il me semble que tout mon sang se retire, et je pleure encore après cinq ans une enfant que les peintres eussent pris pour modèle, le vivant portrait de sa mère, belle comme celle-ci... alors, et robuste comme moi... à cet époque !... Oh ! maintenant, nous sommes bien changés ! T'ai-je dit qu'elle n'avait pas encore son an ? T'ai-je énuméré tout ce que j'attendais de cet intelligence quand elle serait mûre, de ce cœur qui aurait été nécessairement bon, il me semble ?

" Je l'ai tuée en l'adorant !

" Imprudent que j'étais ! Je la portais à sa mère au bout de mes bras, par-dessus ma tête, ce qui l'égayait toujours et entretenait

chauds, etc. ; massage et pétrissage des membres, flagellations avec paquets d'orties, bassinoire ou cruchons remplis d'eau chaude promenés sur tout le corps, fer à repasser, briques ou cailloux chauffés, en prenant la précaution de ne pas produire de brûlures. Si le noyé fait des efforts pour respirer, passez rapidement sous le nez ou devant la bouche une petite éponge ou un petit linge imbibé d'ammoniaque ; s'il a des envies de vomir, introduire le doigt au fond de la gorge. Il ne faut pas lui donner à boire avant qu'il ait repris ses sens, mais on peut, en vue de le ranimer, introduire dans la bouche quelques gouttes d'eau-de-vie, de vinaigre, d'alcool camphré, etc. "

On se rappellera qu'il faut toujours secourir un noyé et insister longtemps. Si la submersion a duré cinq minutes, on réussit presque toujours ; on a sauvé des noyés après plus d'une demi-heure de submersion.

Faut-il manger froid ou chaud

La température des mets et boissons que nous consommons souvent à des intervalles très rapprochés marque fréquemment des différences énormes ; par exemple, il n'est pas rare de constater un écart de 50 degrés dans un repas froid suivi d'une tasse de café chaud. Evidemment pareilles variations sont nuisibles. Il est bien vrai que, tandis que chez l'enfant un faible écart dans la température des aliments et dans celle du corps (38 degrés) suffit à trou-

son petit rire perlé dont j'étais fou. Je ne regardais pas à mes pieds : mon pied s'accrocha dans le tapis, je trébuchai, et mon blond fardeau m'échappa et tombe dans la baignoire fumante...

" La chambre nuptiale où nous nous étions tant aimés était, trois jours après, convertie en chambre funéraire. Je fus fort, mais je le suis moins de jour en jour. J'ai ce souvenir ancré dans l'âme. Le meilleur de ma vie est passé. La catastrophe a été double : ma femme est folle !

" De voir ce berceau vide qui ne sera plus habité, j'emporte chaque matin de la tristesse pour ma journée.

" Les funérailles ont été bien simples : j'ai prié deux amis qui m'ont aidé à remplir les formalités de la loi, nous sommes passés par l'église, et j'ai vu, l'œil sec, le fossoyeur briser de sa pelle mon dernier lien terrestre avec cet ange, mais non pas mon dernier souvenir, non pas ma dernière espérance. Il me tarde d'aller rejoindre ma chère victime.

bler la digestion ou d'autres fonctions, l'adulte semble pouvoir supporter des différences allant de 7 à 55 degrés et même davantage. Mais, souvent peu à peu de pareilles habitudes entraînent de tristes conséquences, telles que le catarrhe de l'estomac, des abcès à cet organe, l'hémorrhagie des muqueuses, des affections dentaires, etc.

L'expérience a démontré qu'il importe de régler autant que possible la température des mets et boissons sur la température du corps qui est de 38 degrés. Cette règle, du moins pour ce qui concerne les enfants, ne souffre pas d'exception.

Brûlures au phosphore

Il arrive souvent qu'on se brûle le bout des doigts en allumant une allumette, et fréquemment cette petite plaie s'envenime et elle devient presque inguérissable. La science a trouvé le moyen de neutraliser la petite quantité de phosphore qui reste dans la brûlure, en y appliquant l'eau salée, c'est-à-dire le chlorure de sodium. Il suffira donc, quand on sera brûlé avec une allumette, de plonger les doigts dans l'eau salée, pour éloigner immédiatement tout danger.

Le tabac

Le *Good Health* remarque que malgré les incessants efforts des

“ Ma femme n'a pas eu une larme ni un sourire depuis cinq ans. Sa folie est douce et sa manie touchante : sa manie, c'est de balancer le berceau. Nous ne l'avons pas enlevé de la chambre : il est toujours près de notre lit, défait, avec les mêmes couvertures, que le temps a jaunies et salies, mais que la mère ne veut pas que l'on change. Elle se tient des heures entières auprès, et berce en imagination l'enfant qu'elle a perdue. Elle est une ombre aujourd'hui, ombre vaillante, il est vrai, tout le jour aux travaux d'aiguille et de crochet, mais silencieuse, faisant la maison plus grande.

“ Je l'aime toujours, comme j'aime mes enfants ; mais ceux-ci vont à l'école, les affaires me réclament de plus en plus, et la folie a jeté son sang dans le plus doux intérieur qu'il y eût, abrité qu'il était contre la tempête et achaudi par l'affection. Ma femme, du reste, n'en a pas beaucoup à vivre de ces années désoléillées, qui lui sont une nuit perpétuelle : elle est prise de la poitrine. Je prie

Lignes formées contre son usage, le tabac prend chaque jour une extension plus grande. En Amérique notamment sa consommation excède celle du pain et le sel tient seul contre lui, le record de la consommation.

Les fumeurs de chaque nation ne ressentent pas les mêmes effets. Le tabac rend les Français plus gais, et les Espagnols plus graves ; il confirme les Allemands dans leurs tendances à la philosophie spéculative, il fanatise les Musulmans ; il donne aux Hollandais le calme et la sénérité dont ils ne se départissent jamais.

S'il favorise les qualités brillantes de l'esprit, il nuit au développement des forces physiques. S'il est ami du rêveur, du poète, de l'écrivain, il est l'ennemi caché de tous ceux qui, par leur travail manuel, ont un absolu besoin d'une endurance rationnelle.

Si les défenseurs du tabac trouvent que la nicotine constitue un excellent germicide, ces détracteurs par contre déclare que c'est un des plus pernicieux agents de la tuberculose et que la nicotine par sa circulation rapide dans nos tissus, s'assimile promptement et nous empoisonne en un temps plus ou moins long, suivant la force de notre tempérament.

Et maintenant ami lecteur, si vous avez cette mauvaise habitude, que beaucoup d'entre vous ont communiqué à leurs femmes, vous continuerez certainement à fumer de compagnie. Sans être de parti pris dans le camp des défenseurs ou dans celui des détracteurs, nous vous dirons seulement " Usez, n'abusez pas.

Dieu tous les jours qu'il nous la laisse au moins jusqu'à ce que notre famille soit élevée.

" J'ai beaucoup souffert. Quand j'aurai un ennemi, je lui souhaiterai mon aventure. Si je n'avais pas foi en un au delà meilleur, je n'aurais pas consenti à pleurer tous les jours cette jeune vie que j'avais tirée des profondeurs du néant et que j'ai replongée dans ce grand inconnu."

Mon ami s'arrêta, pleurant.

*
* *

J'ai, moi aussi, un bébé de dix mois.

Et comme je le faisais sauter dans mes bras, un peu haut peut-être, le père éperdu me cria :

— Pour l'amour de Dieu, de ta femme et de tout ce que tu chéris en ce monde, de grâce, cesse ce jeu ! On croit qu'il n'y a

Foot-ball

A différentes reprises, les journaux anglais de médecine ont attiré l'attention sur les dangers du jeu de *foot-ball*. Le *Medical Record*, de New-York, signale à son tour les nombreux accidents du *foot-ball* observés en Amérique depuis quelques mois. On a eu à enregistrer cinq cas de mort, dont deux dus à des luxations de la colonne vertébrale. De plus, il s'est produit plus de cent accidents graves (fractures, luxations, etc.)

Notre confrère insiste pour que les chefs d'institution réagissent contre l'entraînement qui attire les jeunes gens à ce jeu : il pousse un véritable cri d'alarme.

Lait cru et lait bouilli

M. Crolas fait connaître à la Société des Sciences médicales de Lyon, certaines modifications que fait subir au lait l'ébullition.

Les recherches de M. Crolas ont été faites sur le lait de vache provenant d'une ferme du département l'Isère ; et il résulte des analyses soigneuses faites comparativement avant et après l'ébullition que :

1° L'ébullition enlève au lait une petite quantité de beurre entraîné par l'albumine au moment de la coagulation par la chaleur, quantité que l'on retrouve, du reste, dans la pellicule qui se forme sur le lait bouilli et refroidi ;

pas de danger, on se sent fort, on ne doute de rien, et une misérable cheville de soulier, un brin de fil, le plus bête accident vous tue à jamais un chérubin ! Pas de gymnastique inutile pour ces petits êtres, m'entends-tu bien ?

J'ai entendu et compris : j'ai cessé dès lors de faire tourner mon enfant au-dessus de mes épaules.

A. LUSGNAN.

Il ne faut jamais sevrer les enfants pendant l'été, quelque soit leur âge.

Dans les fortes chaleurs, et au moment de la poussée d'une dent, il ne faut faire effectuer de long voyages aux enfants, surtout pendant le jour. Les voyages de nuit les fatiguent moins, et on est soi-même moins accablé.

2° L'ébullition n'a aucune action sur la caséine et la lactose ces principes subsistent tels qu'avant l'ébullition ;

3° L'ébullition augmente la quantité de phosphates solubles ; ce qui semble indiquer que le lait bouilli contient une plus grande quantité d'acide phosphorique immédiatement assimilable.

De toutes ses recherches, M. Crolas se trouve donc autorisé à conclure que le lait bouilli est au moins équivalent comme produit alimentaire, sinon supérieur, au lait non bouilli.—*Abeille médicale.*

Traitement de l'alopécie

Suivant Lassar, un traitement très bon, à condition d'être continué avec persévérance, au moins pendant deux mois, malgré l'amélioration, est le suivant :

Chaque jour : 1. On frictionne vigoureusement la tête pendant $\frac{1}{4}$ d'heure avec du savon goudronneux ou glycéринé ; 2. on pratique des affusions, d'abord chaudes, puis froides ; 3. on fait une lotion avec une liqueur de sublimé à 2 pour 1000 ; 4. on essuie le cuir chevelu et on le frictionne avec une solution alcoolique de naphthol à $\frac{1}{2}$ 070 ; 5. enfin, on termine en répandant sur la tête 25 grammes d'huile phéniquée ou salicylique à 2 070.

Farine lactée Nestlé

Cette farine, employée pour les enfants, les vieillards et les convalescents, contient :

Sucre et sucre de lait	40
Matières grasses	5
Protéine, environ	15
Dextrine et amidon.	30

Lotion pour la peau

Voici une recette que l'on dit vraiment bonne pour blanchir la peau :

Extrayez le jus d'un gros concombre ; filtrez dans un plat de terre. Cela doit produire trois cuillerées à bouche. Ajoutez-y deux cuillerées d'eau de Cologne. Versez le mélange dans une bouteille d'un quart de litre ; remplissez presque d'eau de fleur de sureau un autre bouteille qui tient un demi-litre ; ajoutez-y 15 grammes de teinture de benjoin. Laissez reposer pendant trois heures et

prenez dans une grande bouteille avec de l'eau de fleur de sureau et remuez bien. Cette lotion se garde parfaitement. Elle empêche les nides prématurées.

(*La Science pratique*).

HYGIENE THERAPEUTIQUE

Mal de bright chronique

In *Bulletin Médical du Nord*, France :

Si, au point de vue clinique, on peut faire de nombreuses dissociations du mal de Bright chronique et en décrire des variétés multiples, il n'en est pas de même en thérapeutique. Quelle que soit la façon dont le rein est lésé, ses lésions aboutissent presque toujours aux mêmes résultats : à provoquer de l'albuminurie et ensuite de l'insuffisance rénale. Ces deux modifications des fonctions rénales, élimination anormale de l'albumine et élimination incomplète des produits de désassimilation, sont la conséquence presque forcée d'une altération des reins et servent de base principale aux indications thérapeutiques. Dans la néphrite parenchymateuse, c'est l'albuminurie avec toutes ses complications qui tient la première place ; dans la néphrite interstielle, c'est, au contraire, l'insuffisance rénale. Mais il arrive toujours un moment, pour l'une ou l'autre, où ces deux états pathologiques marchent à peu près de pair. C'est pourquoi la même thérapeutique peut être appliquée dans ses grandes lignes aux deux principales variétés de néphrites ; seules les indications secondaires sont variables.

Hygiène des brightiques

HYGIÈNE ALIMENTAIRE.—Si l'on permet à un brightique de continuer son alimentation ordinaire, on s'aperçoit rapidement que son albuminurie augmente, en même temps que son état général devient mauvais, et que cette aggravation est d'autant plus marquée que le régime suivi est plus substantiel. Le malade dépérit, non seulement parce qu'il élimine de l'albumine (ou pourrait en perdre beaucoup sans inconvénient grave), mais encore parce qu'il n'assimile pas les aliments qu'il ingère. Il faut donc lui constituer un régime qui, sans favoriser les pertes d'albumine, facilite sa bonne nutrition.

Régime lacté. — Le lait seul remplit à la fois ces deux conditions : il fait disparaître l'albumine des urines et il nourrit suffisamment. Très diurétique, il aide à l'élimination des toxines et de l'urée ; d'une digestion facile, il s'assimile sans peine même quand les voies digestives sont paresseuses et ramène les forces qu'une alimentation vicieuse avait fait perdre. De plus, il n'introduit pas de matières extractives dans l'économie et soulage d'autant le travail des reins.

Le lait à lui seul pourrait remplacer les autres aliments et tous les médicaments dans l'albuminurie, si l'on pouvait le prendre à l'exclusion de tout autre nourriture. Cet idéal est à peu près impossible à réaliser et le régime lacté absolu ne peut s'employer que d'une façon temporaire et dans des cas d'urgence. Le reste du temps on doit lui préférer un régime mixte, dans lequel le lait entre seulement pour une bonne part.

Le *régime lacté absolu* ne peut que rarement être donné d'emblée ; il vaut mieux y arriver graduellement en quelques jours en diminuant chaque jour l'alimentation solide. Trois litres de lait en moyenne suffisent à assurer la nutrition du malade ; parfois il peut en prendre quatre, mais dans ce cas le dégoût arrive vite. Le lait sera pris de préférence après avoir été bouilli ; mais quand on traite des adultes moins facilement contagionnables que les enfants, on peut obéir à leur goût et le leur laisser prendre au naturel. Son ingestion doit être bien réglée pour éviter des troubles gastriques, une tasse toutes les heures, jamais plus souvent et jamais en grande quantité à la fois. Chaque bol contiendra environ un quart de litre et sera pris en petites gorgées en dix minutes de temps. La nuit, quand le malade se réveille, il doit pouvoir en boire ; aussi en aura-t-il toujours à sa portée. On commencera par donner un litre de lait par jour, peu à peu on arrivera à en donner trois.

Existe-t-il de la diarrhée, c'est que le lait est mal supporté, il faudra en diminuer la quantité. La constipation se montre-t-elle, on l'éloignera par des laxatifs presque quotidiens, autres que les purgatifs salins, séné, podophylle, rhubarbe, huiles, etc., et en coupant le lait avec de l'eau d'Evians et de l'eau de Vals.

Les indications de la diète lactée complète sont assez rares ; elle existe dans des néphrites aiguës, maladies de courte durée mais caractérisées par une forte albuminurie ; dans les néphrites consé-

cutives à des maladies infectieuses, scarlatine, fièvre typhoïde, érysipèle, etc. ; dans les néphrites chroniques dès que l'albuminurie devient exagérée ; dans la néphrite interstitielle, pour augmenter la diurèse, quand l'élimination de l'urée et des toxines se fait incomplètement.

Dans la majorité des cas, le régime lacté absolu amène en une quinzaine de jours la disparition de l'albumine des urines ; mais il est bon de le continuer quelque temps encore pour que ses heureux effets ne soient pas perdus. C'est ce qui arrive dans les cas aigus.

Quand l'albuminurie est chronique, elle est notablement diminuée par la diète lactée, mais non abolie, et il arrive un moment où son élimination reste stationnaire, quelques décigrammes par jour. Il est alors inutile de demander davantage à ce régime ; il a donné tout ce qu'il pouvait, les reins présentant des lésions irrémédiables, il n'y a qu'à le continuer sans le modifier.

Le régime lacté mixte est moins efficace lors des poussées aiguës, mais il est préférable en dehors d'elles car on peut le continuer pendant longtemps sans fatiguer aussi vite le malade. Il consiste en lait et en plats préparés au lait, gâteaux au lait, flancs, semoule, riz, tapioca au lait, chocolat, crèmes, fromages blancs tels que les Gervais et les fromages à la crème ; j'ai remarqué que le riz était particulièrement bien supporté.

A ces aliments où le lait joue le principal rôle, il faut ajouter ceux qui ont l'avantage de donner peu de matières extractives et de ne pas fatiguer les reins, légumes verts cuits accommodés au lait (salades, épinards, choux-fleurs, haricots verts, etc.), fruits cuits. On peut y ajouter des viandes blanches rôties, volailles, veau, chevreau, porc frais, grillées ou préparées avec des sauces à la crème ou au beurre sans graisse. Le repas du soir sera toujours composé exclusivement de laitage et d'œufs. J'emploie ces derniers en grande quantité dans l'alimentation des brightiques, et je n'ai jamais remarqué qu'ils aient de mauvais effets, même quand le blanc est absorbé.

Comme la diète lactée ne convient qu'à un petit nombre de cas, et n'est guère compatible qu'avec le séjour du malade au lit ou tout au moins à la chambre, tout exercice physique usant vite les

forces en pareil cas, c'est à ce régime mixte qu'il convient de recourir le plus ordinairement.

On doit surtout se préoccuper, dans toute néphrite, de ne pas introduire dans l'alimentation de produits dont les fermentations pendant la digestion pourraient former des matières extractives ou des toxines irritantes. C'est là une règle dont il ne faut pas se départir et dont l'observation permet de conserver une santé relative. C'est pourquoi il faut prescrire un régime qui comprend :

Lait ;
 Crème ;
 Fromages frais ;
 Gâteaux au lait ;
 Végétaux ;
 Fruits cuits ;
 Pâtes alimentaires.
 Macaroni ;
 Riz, orge, gruau, etc. ;
 Viandes blanches ;
 Viandes gélatineuses, tête de veau, pieds de mouton, etc ;
 Viandes noires très cuites, en petite quantité ;
 Œufs ;

La viande en petite quantité et seulement, je le répète, au repas de midi ; des soupes au lait et aux légumes, mais pas de bouillon gras ; pas de poissons, ni de crustacés ou mollusques ; pas de gibier, pas de viandes avancées ; pas de salaison ni de charcuterie ; pas de féculents.

Comme boisson aux repas, le mieux est de prendre du lait coupé avec de l'eau gazeuse alcaline ; dans certains cas on peut permettre du vin blanc léger, tel que le vin de Moselle très allongé. Le vin rouge est prohibé, car il favorise des fermentations stomacales qu'il vaut mieux éviter. Le thé et le café en quantité modérée ne sont pas nuisibles. Pas de liqueurs.

Ce régime, quand il est convenablement suivi, peut être pris pendant fort longtemps sans amener de dégoût, et permet d'éviter la perte des forces qui suit presque toujours la diète lactée complète. Il n'augmente pas l'albuminurie et du reste celle-ci est moins à redouter que la *ptomaïnémie*.

HYGIÈNE DE LA PEAU.— Elle est très importante dans le traitement du mal de Bright. En effet, mieux la peau éliminera plus elle soulagera les reins, il y a donc un grand intérêt à ce qu'elle remplisse convenablement son rôle d'émonctoire. Elle élimine peu

d'urée, mais elle élimine une quantité notable de sels et d'acides gras toxiques qui ne pourraient passer par les reins sans les irriter fortement. C'est ce qui arrive quand les fonctions de la peau sont supprimées, dans le cas de brûlures étendues par exemple, où l'albuminurie survient aussitôt.

Dès qu'on s'aperçoit que les reins sont lésés il faut de suite conseiller : 1° des frictions sèches journalières, faites avec un gant de crin ou avec une serviette un peu rude ; 2° du massage, quand il est possible de le faire exécuter convenablement ; 3° des bains tièdes de courte durée, 15 à 20 minutes, répétés deux à trois fois par semaine et suivis de frictions excitantes avec de l'alcool.

Les bains froids, les douches froides et les lotions froides seront proscrits. Au contraire des lotions faites chaque matin avant la friction peuvent rendre des services.

Dans aucun cas, ces pratiques ne devront être faites avec excès, les frictions seront faites avec douceur, car il y aurait de graves inconvénients à dépasser le but.

Les malades s'habitueront à porter une ceinture de flanelle sur les reins et le ventre, car les refroidissements peuvent provoquer des poussées de néphrite congestive toujours graves chez eux. Par tous les moyens que nous indiquons ils doivent essayer d'attirer le sang à la périphérie et de dégager les viscères ; leur hygiène est celle des arthritiques, catégorie de malades dont ils font du reste bien souvent partie.

Les brightiques doivent vivre au grand air, mais ils ne doivent pas se livrer à un exercice immodéré : quand ils font des promenades ou qu'ils vaquent à leurs affaires, ils ne doivent jamais attendre, pour se reposer, que la fatigue soit venue. Avant tout ils sont tenus à observer une hygiène de *juste milieu*.

Toujours dans le but de faciliter les fonctions de la peau, il serait à souhaiter que les brightiques puissent habiter des régions à climat chaud et sec ; quand ils pourront se déplacer on leur conseillera de passer leur hiver sur les bords de la Méditerranée, dans les stations abritées du vent, telles que Hyères, le Canet, etc., mais ils devront se garder avec soin des variations brusques de températures si fréquentes le matin et le soir. En été un séjour dans la montagne à une altitude modérée leur sera favorable. Les hautes montagnes et le littoral de la Manche et de l'Océan leur sont également interdits.

DR LEMOINE.

HYGIÉNISTES INEDITS

Nous reproduisons avec plaisir, d'après le texte même d'un journal américain, deux pages, sinon inédites, du moins fort peu connues, extraites, paraît-il, de la correspondance particulière de deux hommes illustres à des titres différents, auxquels les hygiénistes n'avaient pas cru jusqu'à ce jour devoir ouvrir leurs rangs. Le premier est le comte Ferdinand de Lesseps (A) ; le second, le doyen d'âge des membres du Parlement anglais, sir Isaac Holden (B), plus vieux de sept ans que M. Gladstone, le *Great old Man* !

* *

A. — “ Je garderai toujours une profonde reconnaissance à Larine, mon maître d'équitation, qui, dès mon plus jeune âge, m'a fait partager sa vive passion pour les chevaux, et je demeure convaincu que l'exercice quotidien du cheval m'a permis, pour une large part, d'atteindre en parfaite santé ma quatre-vingt-quatrième année.

“ Je ne le saurais trop répéter aux jeunes gens : le précepte fondamental du *mens sana in corpore sano* sera toujours immuablement vrai, dans la théorie comme dans la pratique. Ceux qui sauront consacrer chaque jour quelques heures aux exercices physiques, suivant leur aptitude et leur moyens, constateront d'eux-mêmes au jour de la vieillesse combien leur aura été profitable cette salubre habitude. Soyez robustes, et vous supporterez sans crainte les obstacles que vous rencontrerez dans la vie ; vous serez aussi plus sûrement armés pour la lutte aux jours de l'adversité.

“ Alors que j'étais consul en Égypte, je fus appelé, lors de mon passage à Alexandrie, à rendre visite au Prince Saï I, fils du Vice-Roi. Ce jeune homme, qui aimait tout particulièrement la France, joignait un esprit très subtil à une grande force de caractère. Il était, cependant, bien malheureux pour un puissant de la terre, et cela non sans cause.

“ Au moment de ma visite, il attendait l'un de ses professeurs qui venait lui donner sa quatorzième leçon de la journée. Son père, Mehemet-Ali, homme d'action s'il en fut, qui ne savait pas encore lire à quarante ans, et pouvait à grand-peine signer son nom, voulait que son héritier fût instruit, et il tenait sévèrement la main à ce que des leçons lui fussent régulièrement données par

les maîtres les plus illustres. A la fin de chaque semaine, il se faisait présenter le carnet de notes du Prince, et, si le chiffre ou la mention qui y figurait n'était pas — fût-elle même meilleure — absolument identique en sa forme à celle de la semaine précédente, il se montrait particulièrement sévère envers le jeune homme, et lui imposait de sérieuses pénitences.

“ Comme le Prince Saïd était très enclin à l'obésité, par suite même de la vie sédentaire qui lui était imposée, je lui recommandai l'usage journalier du cheval, et, avec l'appui de son père, je parvins à le décider à se livrer, pendant quelques chaque jour, à cet exercice éminemment hygiénique. Non seulement son obésité diminua progressivement, mais ses forces s'accrurent proportionnellement, et il put compter parmi les gens les plus robustes de sa génération. Le sport l'avait sauvé ! ”

* * *

B. — “ Les lois de la santé sont des plus simples, et John Wesley les résume magistralement en deux mots dans sa “ Physique primitive ” : sobriété extrême et exercice prolongé en plein air. J'ai suivi très assidûment ce double précepte, et je dois avouer que je m'en suis toujours réjoui. Que de gens qui semblent avoir une constitution beaucoup plus robuste que la mienne, me sont en réalité inférieurs comme santé : je ne souffre jamais de l'estomac, et j'ignore absolument ce que peut être une indigestion. Une nourriture salubre et modérée, deux heures de promenade au dehors chaque jour, quelque temps qu'il fasse, sont les deux seules règles de conduite que je me suis imposées et desquelles je n'ai jamais varié.

“ Mon déjeuner se compose exclusivement d'une bonne poire, d'une orange, de quelques grains de raisins et d'un biscuit. Les fruits constituent, d'après ma propre expérience, l'aliment léger et salubre par excellence, et je ne saurais trop en recommander l'usage aux personnes soucieuses d'une bonne digestion. Mon repas de la journée comporte une demi-assiette de soupe accompagnée de quelques onces de bœuf ou de mouton : le poisson remplace quelquefois la viande, mais quelquefois aussi s'adjoint supplémentairement à elle : dans ce dernier cas, la quantité précédemment indiquée diminue d'autant. Mon dîner est le plus généralement une simple répétition du déjeuner du matin.

“ Loin de m'affaiblir, cette diététique m'est particulièrement salubre, et je me félicite chaque jour de l'avoir ponctuellement suivie. ”

J. DE PIEFRA SANTA.

FALSIFICATION DU LAIT

Le collaborateur scientifique du *New-York Herald*, publie l'article suivant sur la falsification du lait ordinaire. Le lait est de toutes les matières celle qui a le plus de chance d'arriver au consommateur dans un état altéré; et il est rare que dans les grandes villes, le lait soit vendu sans avoir auparavant été soumis à une certaine manipulation. Les moyens ordinaires de falsifier le lait consistent à le couper d'eau, ou bien à en retirer plus ou moins de sa crème; très fréquemment ces deux transformations sont pratiquées en même temps. Quand la fraude est trop apparente, on y remédie en ajoutant au lait diverses substances qui lui rendent sa densité et son opacité. Ce sont généralement des jaunes d'œufs, de la farine d'amidon, de la dextrine, de la matière colorante jaune et un peu de sucre.

Le lait qui a été simplement écrémé ou coupé d'eau est moins opaque et a une légère teinte bleuâtre; il a un goût aqueux et il est moins sucré. Lorsqu'on y ajoute quelques-unes des substances mentionnées ci-dessus, dans le but de rendre son apparence normale, l'action de la chaleur et l'emploi de quelques réactifs appropriés tels que l'alcool ou l'iode suffisent à révéler leur présence et leur nature.

Du lait auquel on a ajouté du jaune d'œuf, devient mousseux à l'excès lorsqu'on l'agite, et l'action de la chaleur en coagulant l'albumen le rend floconneux. Si le lait contient de l'amidon, de la farine, ou une substance semblable, il s'épaissit à la cuisson et se colle aux parois du réceptacle dans lequel on le fait bouillir. Une solution d'iode le fait tourner au bleu et le même réactif lui donne une teinte rougeâtre quand il renferme de la dextrine.

Il y a nombre d'instruments en usage pour découvrir la qualité du lait; quelques-uns sont basés sur la densité du lait et portent le nom de galactomètres; d'autres établissent la proportion de crème contenue, et sont appelés cérémomètre ou butyromètres.

Les galactomètres ne donnent pas toujours des résultats très sûrs, car la densité du lait varie suivant l'âge des vaches, la race à laquelle elles appartiennent, les conditions de pâturage, et aussi parce qu'on peut ramener du lait écrémé à sa densité normale en y ajoutant de l'eau. Les cérémomètres donnent des indications

plus vraies sur la qualité du lait, mais ils ne sont pas d'un emploi facile excepté pour des personnes expérimentées ayant une connaissance approfondie du sujet.

MM. Lez' et Hilsout ont fait un rapport à l'une des dernières réunions de l'Académie des Sciences de Paris, sur un moyen pratique d'apprécier la qualité du lait par la présure; leur méthode semble supérieur à celles que je viens de mentionner.

Après avoir trouvé que du lait de bonne qualité se coagulait à une température de 55 cent., dans un espace de temps variant entre 3½ et 4 minutes sous l'influence d'une solution 1/1000 de présure ordinaire dans de l'eau, ils conclurent que du lait qui se coagulerait par la présure dans un laps de temps de plus de 4 minutes, doit être examiné attentivement, car un grand nombre de causes peuvent accélérer cette coagulation. Ainsi la présence de substance étrangères inertes ou de matières grasses diminue le temps nécessaire pour la coagulation, tandis que l'addition d'eau ou d'un antiseptique, de le faire chauffer et surtout bouillir prolonge ce temps. Enfin un lait qui coagule en moins de deux minutes est du lait de mauvaise qualité et ne doit être employé dans l'alimentation.

Le Petit Médecin des Familles.

LES FOUROYÉS RAPPELÉS A LA VIE

In Revue d'hygiène thérapeutique :

L'électrocution, telle qu'elle est pratiquée aux États-Unis, a déjà donné lieu à de nombreuses critiques. On se rappelle, en effet, que dans les premières exécutions qui eurent lieu par ce procédé, la mort du malheureux patient n'est arrivée qu'après plusieurs tentatives infructueuses et au milieu des sentiments d'horreur des assistants.

La mort par l'électricité ne peut se produire que de deux façons différentes : 1. par lésion ou destruction des tissus (effets disruptifs et électrolytiques de la décharge) ; 2. par excitation des centres nerveux produisant l'arrêt de la respiration et la syncope, mais sans lésions matérielles.

Dans le premier cas, la mort est définitive ; dans le second, au contraire, elle n'est qu'apparente, et le foudroyé peut être rappelé à la vie, en pratiquant la respiration artificielle, un foudroyé devant être traité comme un noyé.

Cette théorie, formulée depuis longtemps par M. d'Arsonval, a

reçu une confirmation manifeste, par suite d'un accident qui s'est produit dans des conditions de rigueur scientifique telles qu'aucun expérimentateur n'aurait pu les réaliser.

Un ouvrier, qui avait à poser un fil téléphonique, à Saint-Denis, s'était mis à cheval sur une barre de fer. A un certain moment, le fil qui s'appuyait sur la barre vint à toucher un des conducteurs, tandis que l'homme tenait l'autre conducteur à la main. Il en résulta que le courant se ferma à travers l'homme, entrant par une main et sortant par une fesse, en court circuit.

Précisément, au même instant, on s'assura, à l'usine centrale, que l'électromètre marquait 4,500 volts et l'ampérimètre 750 milliampères.

S'étant aperçu qu'il se passait quelque chose d'anormal sur la ligne, on alla en faire l'inspection, et l'on trouva l'ouvrier dans la position décrite ci-dessus, après qu'un courant formidable lui eût traversé le corps pendant au moins trois quarts d'heure. On le descendit alors sur le poteau sur lequel il était tétanisé, et, dans l'espoir de le rappeler à la vie, on pratiqua la respiration artificielle en faisant manœuvrer les bras, mais sans résultat apparent. On lui ouvrit alors la bouche de force, et on pratiqua sur la langue des tractions énergiques et rythmées, suivant le procédé de M. Laborde.

Peu à peu les poumons se remirent à fonctionner, et, deux heures après, le foudroyé parlait. Sa santé, depuis cette époque, a été parfaite, à part les brûlures de la main et de la fesse, qui n'ont rien présenté de particulier.

Cette observation démontre que les courants alternatifs industriels, employés en Amérique pour déterminer la mort, ne provoquent le plus souvent, qu'une morte apparente, qui ne devient définitive que parce qu'on néglige de pratiquer la respiration artificielle.

Elle montre, en outre, qu'en présence d'une victime des courants industriels, il faut ne jamais perdre tout espoir, et tenter la respiration artificielle, comme on le fait pour les noyés, aussi longtemps qu'il est nécessaire.

La respiration artificielle doit alors être faite suivant le procédé de M. Laborde. On saisit solidement le corps de la langue, vers son tiers antérieur, entre le pouce et l'index avec un linge quel-

conque ou même avec les doigts nus, et on exerce sur elle, de quinze à vingt fois par minute, de fortes tractions réitérées, successives, rythmées, suivies de relâchements, en imitant les mouvements rythmés de la respiration elle-même.

Pendant les tractions, il importe de sentir que l'on tire très bien sur la racine de la langue, qui s'y prête par son élasticité et sa passivité, surtout dans le cas de mort apparente.

Lorsqu'on commence à sentir une résistance, c'est que la fonction respiratoire se rétablit et que la vie revient; il se fait alors, habituellement, un ou plusieurs mouvements de déglutition, bientôt suivis d'une inspiration bruyante, que le Dr Laborde appelle le hoquet inspireur, premier signe de la reviviscence.

DESCOURTIS.

COMMENT ON GUERIT LE BÉGAIEMENT

Chacun sait, aujourd'hui, que le bégaiement n'est justiciable que de certains exercices gymnastiques spéciaux des organes phonato-articulateurs.

Mais en quoi consistent ces exercices ?

Quelle en est la nature et le mode d'application ?

C'est ce qu'on ne sait généralement pas d'une manière bien précise, et c'est aussi ce que nous nous proposons d'exposer succinctement.

Il faut dire tout d'abord que par ces mots : *exercices gymnastiques de la parole*, il ne faut pas entendre des exercices vagues et indéterminés consistant, pour la majeure partie, dans la répétition de certaines phrases sacramentelles où l'on a accumulé, comme dans des chevaux de frise, les difficultés propres à tel ou tel bègue. Des exercices de ce genre seraient sans utilité.

On ne fait disparaître le bégaiement que si on l'attaque scientifiquement et méthodiquement.

La méthode que nous nous proposons de décrire ne consiste pas, en effet, à enseigner au bègue certains moyens pour éviter le bégaiement ou pour le dissimuler. Notre méthode repousse aussi bien l'intervention chirurgicale et médicamenteuse, que l'emploi d'appareils et instruments quelconques placés dans la bouche, ou l'usage de certains artifices ou *trucs* de quelque nature qu'ils

soient. C'est une méthode rationnelle, basée sur l'observation précise et minutieuse des phénomènes physiologiques qui président à l'acte de la phonation, et elle n'a d'autre but que d'en étudier et d'en faciliter la mise en pratique. C'est une sorte de phonascie que nous avons créée spécialement à l'usage des bègues.

Mécanisme de la parole

Pour parler il faut exécuter une série d'actes qu'on peut ranger sous trois chefs principaux :

- 1° Élaboration de la pensée ;
- 2° Volonté de l'exprimer ;
- 3° Émission des sons représentatifs de cette pensée.

Chacun de ces actes doit être accompli d'une certaine manière, sous peine d'éprouver dans son exécution soit une impossibilité absolue, soit un obstacle plus ou moins grand.

Voyons donc quelle différence nous observons chez le bègue, comparé à l'homme, dont la parole est libre et chez lequel la fonction s'exécute physiologiquement :

1° *Élaboration de la pensée.* — Il semble au premier abord que, chez le bègue, le travail d'élaboration de la pensée s'accomplisse d'une façon normale. Il n'en est malheureusement pas toujours ainsi. Et il n'est pas très rare de rencontrer des bègues qui déclarent spontanément, que sous l'influence d'une émotion plus ou moins vive, provoquée par les motifs les plus insignifiants, il leur arrive de ne plus pouvoir parler, parce qu'ils sont tellement troublés qu'ils n'ont plus la faculté d'avoir des idées ; le mécanisme de la pensée ne fonctionne plus chez eux.

2° *Volonté de l'exprimer.* — D'autre part, il arrive souvent que le bègue reste bouche bée sans prononcer une seule syllabe. Il a conçu une idée, mais la volonté de l'exprimer est troublée, et l'ordre d'émission des sons représentatifs de l'idée conçue n'arrive pas aux organes phonateurs, qui, naturellement restent au repos.

Mais, nous dira-t-on, quelle preuve avez-vous que ces troubles, dans l'élaboration de la pensée ou dans la volonté de l'exprimer, sont l'origine des désordres causés dans la phonation ?

Nous répondrons que nous faisons appel, dans cette occasion, au témoignage des bègues eux-mêmes. Ce sont eux, en effet, qui, lorsqu'ils ont pris l'habitude de s'observer et de se rendre compte

des difficultés qu'ils éprouvent à parler, nous ont dit qu'ils avaient parfaitement conscience des troubles psychiques dont ils étaient victimes. " Je n'ai pas pu parler, m'a-t-on souvent répété, non parce que le mot était difficile, mais parce que *je n'avais pas d'idées*, — *Je ne pouvais pas penser*, — *la nuit se faisait dans mon cerveau*. Je n'ai pas pu parler, me disaient d'autres sujets, quoique je susse parfaitement ce que je voulais dire, parce que *je n'avais pas la force*, *je me sentais incapable de l'énergie suffisante pour commander à mes organes*; — *ma volonté était impuissante et comme paralysée*.

3° *Émission des sons*. — Les troubles dans l'élaboration de la pensée et l'énergie volitionnelle de l'expression de cette pensée manquent assez souvent chez les bègues, tandis qu'ils éprouvent toujours une grande gêne dans l'émission des sons. C'est là, en effet, le signe en quelque sorte pathognomonique du bégaiement. Il est donc nécessaire d'étudier avec soin le siège, la manière d'être et l'importance de cette difficulté. Le trouble dans l'émission des sons se produit tantôt au commencement, tantôt au milieu, tantôt à la fin des mots; le plus souvent il se présente sous la première syllabe de la phrase.

Mais doit-on s'arrêter particulièrement sur les manifestations extérieures du bégaiement? Doit-on déclarer que le bègue qui répète indéfiniment la même syllabe et dont le visage est défiguré par des grimaces affreuses, est plus gravement atteint que le bègue qui s'arrête plus ou moins, de temps en temps seulement, dont le visage est calme et dont le bégaiement présente des intermittences très marquée, au point de disparaître quelquefois complètement pendant assez longtemps? Non, assurément, ce n'est pas ce qui doit retenir l'attention de l'observateur.

Lorsqu'un bègue se présente à nous, ce que nous devons noter c'est la manière dont il pratique le rythme respiratoire pendant la phonation. Il faut nous rendre compte s'il bégaye pendant l'inspiration ou pendant l'expiration, s'il lance le courant d'air expiré par la bouche ou par le nez, s'il ne laisse pas échapper, avant de parler, une partie de l'air destiné à la parole, soit par le nez, soit par la bouche.

Voilà quels sont les points particulièrement instructifs à reconnaître. Les autres phénomènes: grimaces, intermittences, diffi-

cultés plus ou moins grande de s'exprimer, sans être dépourvus d'intérêt et d'utilité, ne viennent qu'au second plan.

Ce sont les troubles respiratoires qui fixent le pronostic et décident de traitement.

Ce que nous venons de dire de la perturbation du rythme respiratoire est souvent tellement accusé que les bègues eux-mêmes le constatent. Ils se plaignent de ressentir une oppression très marquée lorsqu'ils parlent, et pour peu qu'ils conversent longtemps, ils éprouvent une véritable fatigue provenant des efforts respiratoires qu'ils sont obligés de faire pour prononcer la moindre phrase.

Il se peut que le bégaiement se produise lorsqu'un seul des trois actes principaux de la parole est troublé dans son mécanisme ; mais le plus souvent il n'y a qu'un désordre isolé. C'est à un défaut d'harmonie entre ces différents actes qu'est dû le bégaiement.

Le but d'une méthode rationnelle est donc de chercher à rétablir la coordination nécessaire entre le cerveau qui commande et les organes vocaux qui doivent obéir.

Tel est le but de notre méthode.

Montrons maintenant comment notre méthode procède, montrons comment elle parvient à régler le travail d'élaboration de la pensée, comment elle fortifie l'énergie de la volonté, comment elle lutte contre les perturbations du rythme respiratoire et les désordres musculaires qui frappent la langue, les lèvres ou le larynx lui-même. En un mot, comment on guérit le bégaiement par la méthode Chervin. (*A suivre*).

DR CHERVIN.

La bonne éducation morale fait partie de la bonne éducation physique ; l'une est liée à l'autre, et comme on ne peut bien élever les enfants si l'on ne conserve l'autorité sur eux, il faut les habituer de bonne heure à s'y soumettre.

DR DONNÉ.

Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec, pendant le mois de juillet 1894.

COMTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra.	Variole.	Typhus.	Diphthérie.	Croup.	Fièvre scarlatine.	Fièvre typhoïde	Rougeole.	Coqueluche.	Grippe.
	Montréal Ville					8	45		8	11	
	Québec Ville					8	9	3			
	Trois-Rivières.						20		40		
Argenteuil.....	Lachute						1				
Arthabaska	St Christophe									xa	
Beauce.....	Aubert Gallion					9					
Bellechasse.....	Armagh								3		2
Berthier.....	Lava'trie						1			xa	
Bonaventure... ..	St-Charles de Ca-										
Chambly.....	plan					5					
	St-Bruno								1		
do	St-Hubert					1					
Champlain.....	St Maurice						20			3	
do	St-Tite						2				
Chateauguay. ...	T. St Sacrement					1	1				
Chicoutimi... ..	Bagotville					2					4
Compton.....	Compton canton						2		2		
do	Emberton et Dit-								4		1
do	ton										
do	Lingwick					xa					
do	Newport						x (a)				
do	Westbury								10		
Dorchester.	Frampton					2					
do	St-Isidore					2					
do	Watford Ouest						x (a)				x (a)
Drummond.....	Durham tsp.									xa	
do	St Germain de										
	Grantham					2					

(a) nombre n'est pas indiqué.

Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec, pendant le mois de Juillet 1894. (Suite).

COMTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra.	Variole.	Typhus.	Diphthérie.	Croup.	Fièvre scarlatine.	Fièvre typhoïde.	Rougeole.	Coqueluche.	Grippe.
Drummond	Wickham East	x (a)
Gaspé	Cape Cove	60
do	Malbaie No 2
Hochelaga.....	Côte des Neiges Ouest	2	1	1
do	Côte St-Antoine	2
do	N.-D. des Neiges	2	1
do	Ste-Cunégonde	3	4	1	3
do	St-Henri	1	2	3
Huntingdon. ...	St-Anicet	3
Jacques-Cartier	Lachine, ville	1
Joliette.....	Joliette, ville	3
L'Assomption..	St-Paul L'Ermite	2
Lévis.....	St-Jean Chrysostôme.	1
do	St-Romuald	1	1
Lotbinière.	Leclercville	12
do	Ste Croix	x (a)
do	Ste-Emmélie	20
Mégantic.	Kingsville, vill.	1
do	St-Désiré du Lac Noir	2
do	St-Pierre Bapt.	x (a)
Missisquoi.....	Frelighsburg	1
Montcalm.	St-Alexis
Montmagny. ...	Montmagny, v.	2
Ottawa.	Aylmer

(a) nombre n'est pas indiqué.

Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec, pendant le mois de Juillet 1894. (Suite).

CONTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra.	Variole.	Typhus.	Diphthérie.	Croup.	Fièvre scarlatine.	Fièvre typhoïde.	Rougeole.	Coqueluche	Grippe.
Ottawa.....	Buckingham, v						3		2		
do	Buckingham tsp.						13		1		
do	Hull Ouest					2					
do	Hull Sud					4					
Pontiac.....	Allumette Island					1					
do	Bristol					4					
do	Chichester					1					
Québec.....	Jeune Lorette								12		
Richmond....	Cleveland						3		x (a)		
do	Upper Melbourne, Compton Gore								x (a)		
do	Melbourne, vill.						1			5	
do	New Rockland						1				
Rimouski	St Joseph de LePage								8	15	4
Rouville.....	St Jean-Baptiste						4		15	2	
do	St-Michel de Rougemont						1				
do	St-Paul d'Abbotsford.						1				
Sherbrooke....	Orford						2				
Soulanges.....	St-Télesphore						1				
Stanstead.....	Dixville							1			
Témiscouata. ...	Fraserville					5					
do	Isle Verte					xa					
Terrebonne....	St-Agathe						4				
Vaudreuil.....	Vaudreuil, par.						2				
do	Vaudreuil, vil.						2				
do	Como						1				
Yamaska.....	St-Pie de Guire							1			

(a) nombre n'est pas indiqué.

CONSEIL D'HYGIÈNE DE LA PROVINCE DE QUÉBEC

Bureaux: 76, Rue St-Gabriel, Montréal.

E. PERSILLIER-LACHAPELLE, M. D., *Président*, Montréal.

HENRY R. GRAY, Ecr., Montréal.

ROBERT CRAIK, M. D., Montréal.

ALPHONSE MÉTHOT, M. D., Trois-Rivières.

J.-I. DESROCHES, M. D., Montréal.

LAURENT CATELLIER, M. D., Québec.

ELZÉAR PELLETIER, M. D., *Secrétaire*, Montréal.

J. A. BEAUDRY, M. D., *Inspecteur d'Hygiène*, Montréal.

WYATT JOHNSTON, M. D., *Bactériologiste*, Montréal.

R. F. RUTTAN, M. D., *Chimiste*, Montréal.

L. J. H. ROY, M. D., *Compilateur des statistiques*, Montréal.

(Pour éviter des retards, veuillez adresser toute correspondance comme suit :

" Le Secrétaire du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec."

76, RUE ST-GABRIEL,

MONTREAL.)



PEPTONE DE VIANDE

STÉRILISÉE

DENAEYER

\$1.25 le flacon de 150 grammes.

Reconnue physiologiquement et cliniquement la meilleure de toutes les préparations utilisées actuellement pour l'alimentation des malades.

PEPTONATE DE FER DENAEYER en poudre sèche, entièrement soluble. Le flacon de 15 grammes 75c., de 30 grammes \$1.50

SOLUTION STÉRILISÉE à 10 0/0. Le flacon de 60 grammes \$1.00.

Elixir hématogène au Peptonate de fer Denaeayer

Ce produit présente une saveur très agréable et se conserve parfaitement, même après que le flacon a été débouché. Le flacon \$1.25.

Ces produits donnent de prompts et excellents résultats dans les

MALADIES DE POITRINE, DE L'ESTOMAC,

DES INTESTINS,

L'ANEMIE,

LA CONVALESCENCE.

EN VENTE DANS TOUTES LES BONNES PHARMACIES.

Dépôt principal: - - - PHARMACIE BERNARD.

1882, RUE STE-CATHERINE, MONTRÉAL.

LE REMEDE DU PERE MATHIEU !



*John Affutonski
Theodore Mathieu*

L'ANTIDOTE DE L'ALCOOL ENFIN TROUVE !

ENCORE UNE DECOUVERTE !

LE REMEDE DU PERE MATHIEU

guérit radicalement et promptement l'intempérance et déracine tout desir des liqueurs alcooliques. Le lendemain d'une fête ou de tout abus des liqueurs enivrantes, une seule cuillerée à thé fera disparaître entièrement la dépression mentale et physique. C'est aussi un remède certain pour toute Fièvre, Dyspepsie, Torpeur du Foie, ayant une cause autre que l'intempérance.

Vendu par les Pharmaciens, \$1.00 la bout.

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

HURTEAU & FRÈRE

MARCHANDS DE

BOIS DE SCIAGE

92, RUE SANGUINET, 92

MONTREAL

~~~~~  
CLOS :

COIN DES RUES

Sanguinet et Dorchester

Bell Telephone, No 6243.

Federal Telephone, No 1647.

Bassin Wellington, en face des

Bureaux du Grand Tronc.

Bell Telephone, No 1404.

## LE VIN DE MESSE "INGHAM & Co."

Le vin, cette liqueur spiritueuse obtenue par la fermentation du jus ou du moût du raisin, est aussi vieux que l'homme. De temps immémorial, le vin de la vigne a toujours été considéré à la fois comme un aliment, un excitant et un tonique. En effet, la plupart des principes que le vin renferme se retrouvent dans notre organisme. On comprend alors l'action importante du vin dans notre alimentation. Mais, de nos jours, la falsification des vins est très répandue chez tous les peuples. Et généralement parlant, on peut dire, quand on achète un vin, qu'on ne sait s'il n'est pas falsifié. C'est pourquoi il intéresse l'acheteur de connaître ceux que la chimie a trouvés purs. Ainsi le vin de messe "INGHAM & Co." est un vin reconnu incontestablement pur, puisqu'il est destiné au Saint Sacrifice de la messe. D'ailleurs, des certificats de Son Eminence le cardinal Taschereau et de Sa Grandeur l'Archevêque de Montréal, en sont une sûre garantie.

Nos lecteurs trouveront le VIN DE MESSE "INGHAM & Co." chez **Chs Lacaille & Cie**, seuls agents autorisés pour la vente en gros de ce Vin, à Montréal ; Importateurs d'Épiceries, Vins et Liqueurs en gros, No 329 Rue St-PAUL, et No 14 Rue DIDIER, Montréal. En vente aussi chez les principaux Épiciers.

ENCYCLOPÉDIE D'HYGIÈNE ET DE MÉDECINE PUBLIQUE. *Directeur : Dr JULES ROCHARD. Libraires-Éditeurs : L. BATAILLE et Cie., Place de l'École de Médecine, Paris.*

L'Encyclopédie d'hygiène et de médecine publique se composera de dix livres :

L'Encyclopédie d'hygiène et de médecine publique a pour but de donner aux médecins les connaissances qui leurs sont indispensables pour s'acquitter de leurs fonctions : Elle est également destinée à servir de guide aux administrations, aux conseils d'hygiène et de salubrité et à les éclairer sur toutes les questions qui sont de leur ressort. Elle paraîtra par fascicules de dix feuilles et dans un laps de trois ans. Elle comprendra environ huit volumes in-octavo raisin, de 800 pages en moyenne. Indépendamment de la table des matières qui sera annexée à chaque volume, une table alphabétique très détaillée sera placée à la fin de l'ouvrage pour faciliter les recherches.

AVIS.—Depuis le 1er Juillet 1889, elle comprend un fascicule de dix feuilles avec figures et planches ; les fascicules 1 à 33 sont en vente.

|                                                 |           |
|-------------------------------------------------|-----------|
| Prix de chaque fascicules (1 à 33).....         | 3 fr. 50  |
| Prix du fascicule 11.....                       | 2 fr. 50  |
| Prix du fascicule 22.....                       | 3 fr. “   |
| Prix du fascicule 32.....                       | 4 fr. “   |
| Souscription à forfait à l'ouvrage complet..... | 150 fr. “ |

---

## CAPILLINE

### PROPRETÉ BEAUTÉ ET EFFICACITÉ

Sont les propriétés de la CAPILLINE

MONSIEUR S. LACHANCE,

Montréal, 21 Juin 1892.

Je me sers depuis quelque temps de votre nouveau restaurateur de la chevelure, la CAPILLINE et j'ai pu constater que c'est un puissant tonique pour le cuir chevelu. En même temps qu'elle donne de la vigueur aux cheveux cette préparation les empêche de grisonner.

Ayant pris connaissance de la composition chimique de votre CAPILLINE, je n'hésite pas à dire que son usage est parfaitement inoffensif.

Votre tout dévoué,

N. FAFARD, M. D. (*Prof. de Chimie à l'Université Laval*).

MONSIEUR S. LACHANCE,

Montréal, 6 Juin 1892.

Après avoir fait un essai judicieux de votre CAPILLINE, je puis attester que cette préparation est la meilleure de toutes celles dont j'ai fait usage jusqu'à présent pour l'hygiène de la tête. En même temps qu'elle arrête la chute des cheveux d'une manière très efficace, votre CAPILLINE tient le cuir chevelu dans un état de propreté parfait et rend aux cheveux leur couleur naturelle. Je me ferai certainement un devoir de recommander votre CAPILLINE, et je n'emploierai moi-même aucune autre préparation.

Votre tout dévoué,

Dr JOS. GAGNON, (201, rue Maisonneuve).

## EMULSION CREOSOTEE "CARRIERE"

### d'Huile de Foie de Morue de Norvège aux Hypophosphites et à la créosote de hêtre.

LE REMÈDE LE PLUS PUISSANT CONTRE LES AFFECTIONS DES VOIES RESPIRATOIRES.

En attirant l'attention de Messieurs les Médecins sur ce nouveau produit de la science moderne, nous osons croire que ses propres mérites suffiront pour le recommander. Les qualités qui la distinguent d'autres émulsions sont :

1. La séparation entière et complète des globules de l'huile.
2. La facilité avec laquelle on la mélange avec n'importe quel liquide, prouvant ainsi l'émulsion parfaite, et non un simple mélange.
3. La quantité de 50 0/0 d'Huile de Foie de Morue, proportion qu'on ne trouve pas dans beaucoup d'émulsions.
4. Au moyen de la pancréatine contenue dans cette émulsion, elle est facilement digérée par les estomacs les plus délicats, par les malades les plus susceptibles, cette facilité est due aussi à l'émulsion parfaite de l'huile, que l'on reconnaît à la blancheur laiteuse de notre émulsion. Nous soumettons notre formule à l'examen des Messieurs les Médecins, et nous appuyant sur les quatre points ci-dessus mentionnés, nous leur laissons la faculté de juger de l'efficacité de notre émulsion; car c'est d'une telle comparaison que nous attendons la préférence en faveur de notre émulsion.

#### CHAQUE ONCE CONTIENT

|                                        |            |
|----------------------------------------|------------|
| Huile de Foie de Morue de Norvège..... | ½ once     |
| Hypophosphites de Chaux.....           | 3 grains.  |
| "    "    Soude.....                   | 3 "        |
| "    "    Potasse.....                 | 2 "        |
| Pancréatine " <i>Mercks</i> .....      | 1 "        |
| Créosote du Hêtre.....                 | 2 gouttes. |
| Mucilage, Essence, Sucre et Eau.....   | q. s.      |


#### SIROP D'HYPHOPHOSPHITES COMPOSÉ, DE CARRIÈRE

Les bons résultats obtenus par le Sirop d'hypophosphites, a tenté certains individus à mettre en vente des imitations de ce remède. M. Carrière, ayant examiné plusieurs échantillons de ces imitations, trouve qu'il n'y en a pas deux identiques, et qu'elles diffèrent toutes de la véritable dans leur composition, absence de réaction acide, susceptibilité aux effets de l'oxygène, quand elles sont exposés à la lumière ou la chaleur, et dans leurs vertus médicales.

Comme on donne souvent des remplaçants inefficaces et à meilleur marché, au lieu de la préparation authentique, les médecins sont priés, en ordonnant le sirop, d'écrire " Sirop d'Hypophosphites, de Carrière.

#### CHAQUE DRACHME CONTIENT

|                                         |
|-----------------------------------------|
| 1/8 de grain d'Hypophosphites de Chaux. |
| 1/6 " " " " Potasse.                    |
| 1/6 " " " " Fer.                        |
| 1/8 " " " " Manganèse.                  |
| 1/8 " " de Muriate de Quinine.          |
| 2 gouttes de Teinture de Noix Vomique.  |

 Échantillons fournis sur demande.

#### PHARMACIE CARRIERE.

1341, RUE STE-CATHERINE, - - - MONTRÉAL

# PHARMACIE DECARY

PRODUITS CHIMIQUES ET PHARMACEUTIQUES.

ARTICLES DE TOILETTE ET PARFUMERIE

Trois pharmaciens diplômés sont attachés au Laboratoire des prescriptions.

Laboratoire spécial pour les analyses, placé sous la direction de M. A. E. GIGUÈRE, élève de MM. MASSELIN & PATEIN de Paris.

Analyses des urines, des crachats et du sang. Analyses alimentaires et recherches microscopiques.

Le matériel scientifique du Laboratoire nous permet de faire, avec la plus grande exactitude, toutes les analyses ci-dessus nommées.

## EXTRAITS ORGANIQUES PURS

*Selon la méthode Brown-Séguar.*

Sur la demande de MM. les Médecins, nous nous sommes mis en mesure de fabriquer tous les produits organiques à l'état pur, de quelle nature qu'ils soient. Les principaux de ces produits, ceux le plus couramment employés, sont

**L'EXTRAIT ORCHITIQUE**

(SPERMINE)

ET

**L'EXTRAIT NEVROGLIQUE**

(CÉRÉBRINE)

Obtenus à froid, nos extraits, à réaction neutre, sont garantis *purs*: ils ne contiennent ni microbes, ni ptomames. Fabriqués d'après les principes de l'Ecole Pasteurienne, renfermés dans des pipettes d'une capacité de trois centimètres cubes, ils se conservent indéfiniment sans perdre aucune de leurs qualités intrinsèques.

A cause de leur *pureté absolue*, tout accident consécutif à leur inoculation, de nature septique ou pyémique, est écarté; aussi les principes seuls de ces extraits agissent-ils rapidement en leur entière plénitude.

De plus, de l'avis même des médecins qui ont bien voulu jusqu'ici nous honorer de leur confiance, *l'injection sous-cutanée de nos produits organiques ne provoque aucune douleur.*

**ARTHUR DECARY, Pharmacien-Chimiste,**

Coin des Rues St-Denis et Ste-Catherine, Montréal.

Téléphone Bell 6833.

RAISONS POUR LESQUELLES L'ON DOIT SE SERVIR

— DU —

# BAUME RHUMAL

1.—Son effet sur les **RHUMES OBSTINES** se fait sentir de suite. Aucune Toux, Bronchite, Coqueluche ou autre affection de la gorge et des poumons peut résister à son action.

2.—Il est bon au goût, les enfants le prennent sans la moindre difficulté.

3.—Il est économique. Chaque bouteille contient **20 Doses pour Adultes**, et le prix **25 cents** le met à la portée de toutes les bourses. Lisez les quelques certificats que nous avons choisis parmi les milliers qui nous ont été envoyés depuis un an.

MADAME TESTARD DE MONTIGNY, la Dame de notre dévoué Recorder, nous écrit en date du 5 février 1892 :

M. BARIDON.—“ Je me suis servi du **Baume Rhumal** pour une de mes jeunes filles qui souffrait d'un rhume violent et prolongé. Je me fais un devoir de certifier qu'elle en a ressenti un soulagement immédiat, et en peu de temps la guérison a été complète.”

Un père de famille, Côteau St-Louis, 1076 rue Berri :

MONSIEUR BARIDON.—“ Ayant fait usage du **Baume Rhumal** pour mes enfants qui avaient de mauvaises toux, je suis heureux de certifier que c'est le meilleur remède que j'ai employé jusqu'aujourd'hui.”  
“ Votre, etc., LOUIS FRUITIER.”

M. GEO. STREMSKI, 1735 rue Ste-Catherine, nous écrit en date du 15 janvier dernier :

A M. BARIDON, agent général pour la vente du **Baume Rhumal**.—Cher Monsieur,—“ Depuis trois mois, je souffrais d'un rhume qu'aucun remède ne pouvait soulager. Après avoir épuisé tous les médicaments sans succès, je me suis décidé à faire l'essai de votre **Baume Rhumal**. Je suis heureux de le recommander, car une seule bouteille a suffi pour me guérir.”

**Le Baume Rhumal est en vente partout.**

**L. R. PARIDON, Pharmacien,**

**1703, Rue Ste-Catherine.**

SEUL AGENT POUR LE CANADA.