

LA MÈRE

ET

L'ENFANT

LA FAMILLE

LA MÈRE

LE FOYER

L'ENFANT

L'ÉCOLE

L'ÉDUCATION



Diminuer le chiffre de la mortalité infantile, en enseignant à la jeune mère les choses nécessaires à la santé, et en la guidant auprès de son enfant malade, tel est le but que je me suis proposé, telle est la pensée qui a fait naître LA MÈRE ET L'ENFANT.

SEVERIN LACHAPPELLE, M. D.

Professeur de médecine légale, d'Hygiène et des maladies des enfants à l'Université Laval. Médecin des enfants et professeur de la clinique des enfants à l'Hôpital Notre-Dame.

Le journal paraît le 10 de chaque mois.

Prix de l'abonnement : Un an, \$2 ; Six mois, \$1.00 ; Trois mois, 50 cts., invariablement payable d'avance.

Toute question concernant la rédaction ou l'administration devra être adressée à
SÉVERIN LACHAPPELLE, M. D., Boîte N. P. 1754, MONTRÉAL.



NOURRITURE AU LAIT DE NESTLÉ.

Cette nourriture est reconnue en Europe et en Amérique la meilleure pour les enfants.

Elle sert de préventif du Choléra des enfants.

Elle est préparée à l'eau seulement, évitant ainsi le danger du lait impur et malade.

Sur demande, un échantillon est envoyé, suffisant pour trois bouteilles (nourrices) de lait.

THOMAS LEEMING & CO.,

25 RUE ST-PIERRE, MONTREAL.

SOMMAIRE

Comment nourrir les enfants. — Le choléra, asiatique chez les enfants. — Les convulsions. — Un encouragement pour nos abonnées. — Les deux orphelines (gravure). — Les vacances. — Maladie des yeux des nouveaux-nés. — La diarrhée. — Correspondance. — Amour maternel.

MANUEL D'HYGIENE

PAR

DR SÉVERIN LACHAPÈLLE

A L'USAGE DES "ÉCOLES" ET DES FAMILLES

Rédigé conformément aux instructions du Conseil d'Hygiène de la province de Québec.

Ouvrage approuvé par le Conseil d'Instruction Publique de Québec, et recommandé par lui aux personnes qui se destinent à l'enseignement; approuvé par le Conseil de l'Instruction Publique du Manitoba et introduit dans les écoles de cette province.

EN VENTE CHEZ

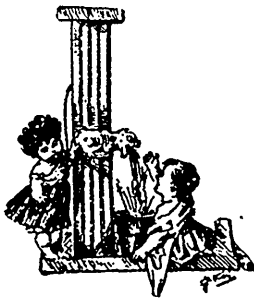
CADIEUX & DEROME, Libraires

No 1603, RUE NOTRE-DAME, MONTREAL.

PRIX, 25 Cents.

LA MÈRE et L'ENFANT

COMMENT NOURRIR LES ENFANTS



A jeune mère est bien celle à laquelle nous nous adressons particulièrement, dans chacun de nos articles, c'est elle qui a besoin d'apprendre, qui a besoin d'être guidée dans le saint sacerdoce de la maternité, esclave du fruit de l'amour. Toute mère, cependant, nous paraît bien peu expérimentée sur cette question si importante, si pratique de l'alimentation des enfants. Nous allons entrer dans les détails les plus minutieux, convaincu que nous sommes que la santé des enfants dépend spécialement de la nourriture qui lui est administrée, tant au point de vue de la quantité que de la qualité et du mode d'administration.

Dis moi ce que tu manges et je te dirai ce que tu es, dit le physiologiste : dites-nous comment votre enfant mange, ce qu'il mange, la quantité et la qualité de ce qu'il mange, et nous pourrions le plus souvent trouver dans vos réponses le secret de la maladie ou du

malaise dont il souffre. Nous disons malaise, c'est ce qui existe dans bien des cas.

L'enfant est un être inharmonique ; cet état particulier lui vient de sa croissance active ; ce n'est pas comme chez l'homme où le développement complet étant acquis, le jeu des organes se fait régulièrement comme celui d'un pendule.

Chez ce citoyen de demain, que nous appelons aujourd'hui un enfant, il y a, disons-nous, inharmonie : la poussée se fait par sauts et par bonds : les plantes de nos jardins, la moisson de nos champs, les arbres de nos vergers ne croissent pas également dans un temps déterminé sous l'influence vivifiante de la rosée des nuits et de la chaleur des jours. Quand il y a suractivité dans le mouvement de la vie, on doit comprendre qu'il y a désordre ou au moins rupture d'équilibre, qui fait que le cerveau, la poitrine ou le ventre est tour à tour menacé selon l'exagération du travail vital qui s'y opère : ce n'est pas la maladie, c'est la station, pourrions-nous dire, avant d'y arriver. C'est alors que le régime de vie joue son rôle et

prévient le danger ; mais revenons à notre nouveau-né, car il nous faut commencer par le commencement.

Nous demandons à nos jeunes mères de lire bien attentivement ce qui va suivre, d'en graver les détails profondément dans la mémoire, c'est l'expérience qui en vient aux conclusions précises que nous exposons et nous devons, sans hésiter, être dociles à ces enseignements.

Règles générales de l'alimentation naturelle.

Quantité du lait. Comment l'administrer.—Il y a déjà deux heures que l'enfant est séparé de sa mère : ses plaintes ou ses cris nous disent qu'il veut retourner vers elle ; c'est à boire qu'il lui faut.

Quelle doit être la quantité de lait que l'on doit servir au premier repas du nouvel affamé ? La réponse est plus grave qu'on pourrait le supposer de

prime abord : il n'y a pas à rire, au contraire, il faut être sérieux dans tout ce que nous faisons autour de notre personnage important.

La quantité de lait à donner a été calculée d'après le poids de l'enfant, la loi étant qu'on doit administrer la centième partie du poids de l'enfant, la première fois, augmentant insensiblement chaque fois et chaque jour suivant la quantité donnée.

Ainsi un enfant pèse 100 onces,—poids ordinaire au Canada,—nous donnerons pendant le premier mois une once à chaque tétée ; au deuxième, nous doublerons ; du troisième au sixième mois nous augmenterons jusqu'à six onces, de six à dix mois nous pousserons la dose jusqu'à huit onces.

A mesure que la quantité est augmentée, les intervalles entre les repas doivent également augmenter. Le tableau suivant fera comprendre clairement cette méthode qu'il faut suivre.

AGE.	Intervalle des repas.	Nombre des repas dans 24 heures.	Moyenne de la quantité à chaque repas.	Moyenne de la quantité dans 24 heures.
1ère semaine.	2 heures.	10	1 once.	10 onces.
1 à 6 semaines.	2½ heures.	8	1½ à 2 onces.	12 à 16 onces.
6 à 12 semaines, et si nécessaire, jusqu'à 5 à 6 mois.	3 heures.	6	3 à 4 onces.	18 à 24 onces.
A 6 mois.	3 heures.	6	6 onces.	36 onces.
A 10 mois.	3 heures.	5	8 onces.	40 onces.

La diarrhée des enfants, comme toutes les diarrhées, guérit après

L'irrégularité dans les tétées, les tétées fréquentes et les intervalles trop prolongés modifient beaucoup la composition du lait. Ainsi des tétées fréquentes diminuent la quantité d'eau et augmentent la partie solide du lait qui ressemble alors à du lait condensé ; tandis que de trop longs intervalles amoindrissent la partie solide, rendent le lait trop aqueux.

Ces modifications qui surviennent dans le lait doivent donc nous faire comprendre que les règles prescrites ont leur raison d'être ; dans le premier cas en effet, nous pouvons causer des désordres dans la digestion de l'enfant par un lait trop épais, dans la deuxième nous n'aidons pas la nutrition puisque le lait se trouve trop étendu d'eau.

Qualité du lait ou analyse du lait de la mère.—Nous admettons comme compris par tout le monde que la mère doit nourrir son enfant, en partie sinon en tout, que rien ne saurait remplacer l'alimentation maternelle, quand celle-ci est possible. Sans entrer dans les exceptions qui justifient la mère de ne pas se constituer la nourrice de son enfant,—exceptions dont le médecin de famille est seul le juge,—nous ferons remarquer ici qu'il est un moyen à la disposition de celle-ci, un moyen certain de constater si son lait est suffisamment nutritif : c'est l'analyse. Pourquoi, dans les cas où la croissance semble être arrêtée, ou le développement est stationnaire, ou l'enfant ne gagne pas chaque jour le volume et le poids ordinaire, pourquoi dis-je, dans ces cas ne pas consulter le chimiste et lui demander si le lait maternel contient toutes les substances nécessaires à la santé de l'enfant, c'est-à-dire toutes les substances qui font de ce liquide un aliment complet, pouvant suffire seul à donner

à l'enfant les matériaux qui font son sang, ses muscles, ses nerfs et ses os ? Nous consultons le chimiste pour savoir si nos reins ne sont pas malades, et pour cela nous lui donnons nos urines à analyser, et nous ne le consulterions pas pour savoir si le lait de la mère est suffisant pour constituer la nourriture de l'enfant, quand il peut ne pas l'être !! L'avenir fera certainement de l'analyse du lait une obligation à ce point de vue, pourquoi attendre et ne pas commencer de suite. On analyse le lait de vache dans ce but, faisons la même chose pour le lait de la femme. Celui-ci peut ne pas contenir assez de sucre, assez de graisse, etc., la chose étant constatée, un régime de vie approprié rétablira l'ordre et assurera peut-être la santé de l'enfant.

Règles générales de l'alimentation artificielle

Dans ce qui précède, nous avons vu la relation intime qui doit exister entre la santé de l'enfant et la quantité et la qualité de sa nourriture naturelle : les indications sont précises et toute mère doit les suivre aveuglément : l'éloignement des règles prescrites, quant au mode d'allaitement, etc., c'est l'acheminement plus ou moins prompt vers les indispositions, la maladie et la mort des nouveaux nés. Disons donc, répétons donc, avant de passer à l'alimentation artificielle et la direction qu'elle doit suivre, que la mère doit nourrir de son lait l'enfant qu'elle veut élever et cela autant que possible d'après les lois que nous avons déterminées.

Nul doute qu'il y a une tendance de plus en plus accentuée, vers l'alimentation artificielle, celle-ci pourrait bien être appelée *l'allaitement mercenaire ou étranger déguisé* : on a honte de la nour-

quelques jours de traitement : demandez votre médecin au plutot.

rice, on ne saurait la reconnaître officiellement, et on lui substitue les Nestlé's food, Mellin's food, Carnrick's Soluble food, etc. Vaudrait cent fois mieux la nourrice brune aux chairs fermes, à l'œil vif et au teint animé donnant à l'enfant avec son lait la richesse de son sang, la solidité de sa musculature et la bonté de son caractère. Et dire que c'est la civilisation qui impose ainsi des lois hors nature : nourriture étrangère, nourriture artificielle ! Bref, souhaitons que notre civilisation reste à l'état natif et *naïf*, et que l'allaitement maternel continue ; nous n'avons pas à prêcher son usage parmi nous, nous avons assez à combattre la nourriture artificielle qui introduite trop vite dans le régime de nos bambins, contribue à les amoindrir plutôt qu'à les développer.

A quel âge doit commencer la nourriture artificielle ?

La nourriture artificielle devrait commencer naturellement après la sortie des premières dents qu'on appelle les huit incisives. Pourquoi ? parce que non seulement ces dents sont nécessaires à la mastication plus ou moins complète des aliments nouveaux, mais parce que l'apparition des dents est un indice que les sucs nécessaires à la digestion, et qui n'existaient pas avant, commencent à être sécrétés dans le canal alimentaire, c'est-à-dire dans la bouche, l'estomac et les intestins. A quelle époque se complète la sortie des premières dents ? Pas avant le douzième mois. L'enfant qui commence à manger devrait donc avoir son âge révolu.

On sait cependant combien cette loi, comme bien d'autres, n'est pas respectée. L'éruption des premières dents se

faisant vers le 7^{me} ou 8^{me} mois à la mâchoire inférieure, c'est cette époque qui est généralement choisie pour commencer l'alimentation nouvelle : la dent semble être considérée comme un signe de l'insuffisance du lait : il n'y a cependant qu'une seule chose qui peut justifier un changement de nourriture, c'est un arrêt sensible, visible du développement de l'enfant ; cela devrait bien être le seul signe de l'insuffisance du lait, soit de la mère, soit de la vache, de la chèvre ou de l'ânesse.

Notre bébé a donc un an, le lait ne lui suffit pas,—c'est entendu ; d'après la mère, il ne doit pas lui suffire.—Vaut-on lui donner place à la table, et une part des aînés, ou bien y a-t-il une nourriture spéciale, à lui propre, qu'il faut lui réserver.

Nous avons dit que les huit dents qui font les premières leur apparition servent à la mastication, nous dirons que ce sont les grosses dents plutôt, les molaires, qui jouent ce rôle important dans la digestion et que leur sortie ne se complétant que vers le dix-huitième mois, les nourritures absolument solides ne sauraient convenir avant cette époque.

Le lait à la bouteille sera donc, répéterons-nous, la nourriture principale jusqu'à dix-huit mois ; nous l'avons recommandé dans notre premier numéro comme adjuvant naturel de la mère qu'on doit lui procurer dès les premières semaines, il ne saurait constituer une nourriture réellement artificielle.

Quels doivent être les aliments artificiels ?

Le lait condensé est le substitut le plus naturel du lait de la mère ; mais

il faut bien savoir qu'il perd des éléments propres au lait par le travail de la condensation. Les pauvres gens qui ne peuvent se procurer de glace pendant les chaleurs, les personnes en voy-

age sur les bateaux, sur les trains, qui se trouveront dans le même cas, peuvent avoir recours au lait condensé.

SÉVERIN LACHAPELLE.
(à suivre)

LE CHOLERA ASIATIQUE CHEZ LES ENFANTS

IL est établi que le choléra est une maladie infectieuse, c'est-à-dire ayant une propriété que possèdent quelques maladies de se transporter d'une personne à une autre personne, d'une place à une autre place, au moyen de certains agents qui servent d'intermédiaires. Or l'eau est considérée comme l'agent de contagion le plus ordinaire du choléra ; ce n'est pas par la peau que le germe de la maladie pénètre, ce n'est pas par les poumons, au moyen de l'air, c'est par le canal alimentaire que l'ennemi s'introduit.

Cette notion certaine étant donnée, l'on comprend combien l'enfant qui vit de lait et d'eau est exposé particulièrement : si l'eau ne lui communique pas le choléra directement, elle l'atteindra par le lait auquel elle est toujours plus ou moins mêlée. Une autre raison expose l'enfant à la contagion : c'est que celle-ci attaque de préférence les personnes dont les organes digestifs ne sont pas sains ; or on sait que les petits enfants pendant la saison chaude sont exposés plus particulièrement aux maladies intestinales.

Y a-t-il des moyens de prévenir le choléra chez les enfants ?

1o Eviter toutes les causes qui peuvent amener du trouble du côté des organes digestifs. Ainsi on ne laissera pas boire à volonté l'enfant entre les repas ; à part de l'irritation que peut causer l'eau, on sait que les acides de l'estomac sont neutres pendant les intervalles des repas, ce qui veut dire, pour être compris, que les germes contenus dans l'eau, ne sauraient être détruits alors comme pendant le travail actif de la digestion.

2o Nous recommandons que le lait de l'enfant ne soit pas bouilli généralement, qu'il ne soit que chauffé légèrement, parce que sa digestion alors est plus facile, le lait conserve plus sa saveur, son parfum, etc. En temps de choléra il n'en saurait être ainsi : il faut tout redouter ; le lait et l'eau seront *bouillis* avant de servir à l'enfant, et *réemment* bouillis ; *tous les aliments* seront de même *réemment* cuits.

3o Le refroidissement peut disposer les intestins à la maladie, un refroidis-

quelques jours de traitement : demandez votre médecin au plutôt.

sement pendant la nuit produira facilement cet état *dangereux* pendant le choléra : on le prévient en faisant porter à l'enfant une bande épaisse qui protégera le ventre ; la longue jaquette est insuffisante alors.

40 La diarrhée des enfants prédispose ceux-ci au choléra, cette diarrhée devra donc être traitée activement dès le début ; qu'on fasse sur l'enfant ce que l'on fait pour l'adulte, qu'on n'attende pas.

LES CONVULSIONS

JE viens d'écrire en tête de cet article un mot qui fait frémir tout le monde, qui est le cauchemar de toutes les mères ! Quelle horrible chose à voir, en effet, qu'un pauvre petit bébé se tordant dans son lit, les yeux ne laissant voir que le blanc, la face tantôt pâle et livide, tantôt congestionnée et la bouche pleine d'écume !

Les convulsions peuvent se présenter sous plusieurs formes. On voit assez souvent les membres et le tronc rigides, immobiles, agités seulement de temps à autres de petites secousses brèves ; les yeux sont fixes, les pupilles dilatées ; d'autre fois, la tête et le tronc sont tirés en arrière, les membres se fléchissent et s'étendent alternativement avec une grande violence.

Autour de l'enfant les parents, la nourrice, les domestiques, tout le monde perd la tête ; chacun veut apporter son remède : l'un veut mettre un peu de sel sur la langue (c'est un remède très employé à Paris par les ouvriers et les paysans), un autre veut couvrir les jambes du pauvre petit être par des des sinapisme, un troisième enveloppe

les pieds, les mains avec des compresses d'eau sédative, applique sur le front le même liquide, au risque de brûler les yeux avec l'ammoniaque ; j'en ai vu introduire profondément dans la gorge un poireau sous prétexte de faciliter la respiration : ceux-là veulent administrer un vomitif : j'ai même vu une maman mettre complètement nu son enfant et le coucher sur le marbre froid d'une cheminée. Tout le monde veut agir à la fois. C'est franchement bien absurde.

Qu'est-ce en effet qu'une convulsion ?

Le cerveau d'un enfant ne remplit pas encore les hautes fonctions auxquelles il sera appelé plus tard, il ne sert pas encore de modérateur aux manifestations nerveuses que peut produire une exagération de la sensibilité. La petite cervelle du bébé, imparfaitement développée, jouissant de fonctions très minimes, laisse prédominer l'action du système nerveux sur le système cérébral. Aussi un enfant a-t-il des convulsions pour le moindre prétexte. Dans une maladie, une grande personne a des attaques de nerfs, des crises nerveuses, du délire ; les enfants ont des convulsions.

La diarrhée des enfants, comme toutes les diarrhées, guérit après

Les convulsions ne sont pas une maladie, elles sont seulement l'accompagnement de beaucoup de maladies, tantôt peu sensibles, insignifiantes, tantôt terribles et implacables. Quelquefois une indigestion, même de lait simplement, peut faire éclater des convulsions épouvantables ; des vers intestinaux, l'éruption d'une dent peuvent aussi les provoquer, bien que ces deux dernières causes soient beaucoup plus rares qu'on ne le croit dans le monde. On a si vite dit : ce sont les vers, ce sont les dents ; mais d'autre fois ce sera une inflammation intestinale, une congestion pulmonaire, une fièvre éruptive au début, une quinte de coqueluche qui sera la cause des convulsions. D'où il résulte que pour traiter convenablement la convulsion, il faut absolument connaître la maladie qui en est la cause. Les causes les plus opposées peuvent donner des convulsions, l'anémie du cerveau aussi bien que sa congestion ; dans la première hypothèse, des sinapismes peuvent tuer votre bébé ; dans la seconde, la douleur du sinapisme peut augmenter la congestion.

Si donc un jour, ce que je ne vous souhaite pas, chère lectrice, si un jour votre bébé a des convulsions et que vous n'en sachiez pas la cause, gardez-vous de vous-même, résistez à votre propre entraînement, et appelez à votre secours les personnes compétentes ; n'écoutez pas René, Paul, Jacques ; résistez à tous vos préjugés ; gardez votre calme au moment où tous ceux qui vous entourent l'ont perdu ; ne faites pas d'imprudences, vous n'aurez jamais de regrets de vous être abstenu d'agir.

Un jour Trousseau, d'illustre mémoire, est appelé chez une grande dame pour soigner un enfant qui avait des convulsions ; il arrive, examine

l'enfant partout, l'ausculte, explore le ventre, visite la gorge, ne trouve rien, fait déshabiller complètement l'enfant, ne trouve rien encore, et l'illustre docteur allait donner sa langue aux chiens, quand l'idée lui vint de faire aussi ôter le petit bonnet qui était le seul vêtement que l'enfant eût gardé. Qu'est-ce qu'il trouve ? une grosse épingle enfoncée dans le crâne sous la coiffure.

La semaine dernière, je suis appelé pour voir l'enfant d'un ami qui, depuis plusieurs heures, avait des convulsions épouvantables ; après avoir cherché partout, je commençais à m'étonner, quand je trouvais dans l'oreille gauche une petite dragée, je l'enlevai, l'enfant était guéri.

Il y a deux ans, en plein hiver, je suis appelé en toute hâte dans une grande famille de France pour voir une petite fille de quinze mois atteinte subitement, vers cinq heures du soir, d'attaques convulsives. Tout le monde perdait la tête et la maman désespérée, affolée, n'avait rien trouvé de mieux que de coucher toute nue sa pauvre petite fille sur le marbre glacé d'une immense cheminée sans feu. A l'auscultation, je trouvais un commencement de fluxion de poitrine, que la mère avait évidemment exagéré, et qui faillit causer une catastrophe.

Donc, encore une fois, mères de familles, gardez-vous de faire quoi que ce soit en présence des convulsions, mettez bébé dans un grand lit, de façon qu'il ne puisse ni tomber ni se blesser en se débattant, et faites venir votre docteur.

Mais vous, chère lectrice, vous qui êtes soigneuse, instruite et intelligente, il y a beaucoup de chances pour qu'un pareil événement ne vous surprenne pas. Si vous surveillez de très près la santé de votre petit enfant, il est pres-

quelques jours de traitement : demandez votre médecin au plutôt.

que certain que quelques premiers indices de troubles nerveux vous avertiront qu'il va survenir des convulsions dans un temps plus ou moins rapproché : ces signes avant-coureurs sont connus dans le public sous le nom de *convulsions internes* : l'enfant est étendu dans son lit comme endormi, il remue doucement ses yeux demi-clos il contracte doucement les muscles de la face, ses lèvres s'agitent un peu, on dirait que l'enfant sourit. On dit que *l'enfant rit aux anges*, les Anglais appellent aussi cette grimace : *Angels'whisper* (murmure d'ange).

Eh bien, ce sourire est de mauvais augure : si les choses augmentent, la respiration va devenir difficile, un cercle livide va entourer la bouche, le sourire va devenir une affreuse grimace : gare : les convulsions sont proches.

Les poètes ont chanté ce sourire qui, moi, me fait frémir, et vous connaissez sans doute cette adorable pièce de vers commençant par ces mots :

Penché sur le bord d'un berceau,
Un ange aux radieux visage,
Semblait contempler son visage
Comme dans l'onde d'un ruisseau.

Et cette pièce se termine par ces vers :

Et secouant ses blanches ailes,
L'ange à ces mots prit son essor
Vers les demeures éternelles.
Pauvre mère, ton fils est mort !

Quand nous étions enfant et que nous récitons ce petit chef-d'œuvre, comme leçon, nous ne nous doutions pas que nous récitons une leçon de médecine.

Dr. E. DEPASSE.

Un encouragement pour nos abonnées.

L'abonnement étant payable d'avance, nous offrons à nos abonnées une consultation par écrit, où à notre bureau, 3530, rue Notre-Dame, 1312. Téléphone Fédéral. Heures de bureau : la matinée, jusqu'à une heure p. m.

Nous croyons que pour atteindre notre but, il nous faut nous imposer ce sacrifice.

Les patientes non abonnées auront toujours droit à la consultation dans notre service à l'Hôpital Notre-Dame.



La diarrhée des enfants, comme toutes les diarrhées, guérit après



LES DEUX GRIPPELINES

quelques jours de traitement: demandez votre médecin au plutôt.

LES VACANCES



ES asiles et les écoles viennent de se vider tout à l'heure de leurs essaims joyeux. Profitons des vacances. Faites vos paquets, vos malles, et allez,

courez à travers les champs, respirer non seulement l'air embaumé mais l'air pur qui allège la poitrine et développe la vie dans les dernières molécules de nos organes.

L'air est nécessaire à la vie, c'est son aliment principal. Mais pour que son action soit efficace, pour qu'il joue bien le rôle qui lui a été donné, il faut à l'air une composition toujours la même ; il ne doit pas contenir de substance étrangère.

Or dans nos villes, dans nos maisons, dans nos écoles l'air est facilement altéré : l'entassement dans les classes, la ventilation insuffisante de nos résidences, l'étroitesse de nos rues, tout cela fait que les enfants ne respirent pas dans le cours de l'année, l'air pur qui se trouve dans les champs, aux bords des bois, des rivières et des lacs.

Pendant toute l'année, pendant dix longs mois, on ne s'est occupé que de l'esprit, il faut le laisser au repos maintenant, et soigner la bête, comme disait Montaigne. Pour cela le meilleur système à employer, c'est le système de l'entraînement : que chaque jour les

courses soit plus longues, les exercices corporels plus forts, sans jamais porter la fatigue jusqu'à l'abatement, et vous verrez les couleurs reflourir sur le visage de vos jeunes filles, les muscles se développer chez vos garçons ; ils reviendront de la campagne, gras et vigoureux, capables de résister pour un an aux causes d'étiollement si nombreuses dans nos grandes villes.

Les petits garçons ont généralement leur part de ces exercices, aussi les recommandons nous spécialement pour les petites filles. Il y a une malheureuse tendance parmi nous, — à l'état naissant et qu'il faut combattre de suite, — à faire suivre à nos petites filles une méthode d'éducation vicieuse, compassée, efféminée, qui conduit à un développement physique incomplet, à un état de langueur caractérisé par des malaises constants qui n'est ni la santé ni la maladie.

Nous ne voulons pas que la jeune fille devienne une virago du cirque, à la musculature développée, à la physiologie robuste et hardie qui semble l'isoler entre les deux sexes, non : nous voulons lui conserver le type primitif dont elle ne peut s'éloigner sans que la société ou elle-même en souffre ; ce qu'il faut c'est que la charpente féminine ne soit pas une charpente de papier mâchée, car il faut bien se souvenir qu'élever une fille c'est former une mère.

MALADIE DES YEUX DES NOUVEAUX-NÉS

L'OPHTHALMIE des nouveaux-nés, dit le Dr Roth, fait un très grand nombre de victimes à cause de l'ignorance des mères et de l'impardonnable négligence des sages-femmes, des nourrices et, en général, des personnes auxquelles incombe le soin des enfants du premier âge. Bien souvent, celles-ci, au lieu de demander les conseils d'un médecin expérimenté, essaient des remèdes de bonne femme jusqu'à ce qu'il soit trop tard pour conserver la vue de l'enfant, même avec le traitement le plus habile.

“ Quoique la maladie paraisse quelquefois sous une forme très bénigne, elle peut avoir cependant une terminaison malheureuse ; mais dans la plupart des cas, elle prend un caractère bien tranché, et, si on l'abandonne à elle-même, elle va se développer avec une telle rapidité, qu'au bout d'un ou deux jours, il ne reste plus aucun espoir de conserver la vue. Il est rare que les nouveaux-nés soient atteints d'une autre affection oculaire, et on la reconnaît, à la rougeur, la tuméfaction et la chaleur des paupières et à l'écoulement d'un mucus jaunâtre.

“ Cette maladie dangereuse et venimeuse peut être guérie, presque toujours, si l'on a soin d'appeler un médecin dès l'apparition des premiers symptômes ; en attendant, il ne faut rien faire que garder les yeux aussi propres que possible en enlevant très souvent la matière qui s'y accumule.

“ Voici le meilleur moyen de tenir les yeux dans un état convenable.

“ 1o Séparer les paupières avec le pouce et l'index et chasser la matière accumulée dans les coins à l'aide d'un

courant d'eau froide qu'on exprime d'un morceau de linge tenu au-dessus des yeux. Ce nettoyage doit durer de trois à quatre minutes et être répété toutes les demi-heures ;

“ 2 Il ne faut pas oublier qu'en pareil cas, la conservation de la vue dépend du soin qu'on prendra de tenir l'œil dans le plus grand état de propreté ? Un chiffon de linge est préférable à l'éponge, parce qu'il ne doit servir qu'une fois, et être brûlé aussitôt après :

“ 3o Il est bon d'étendre sur les bords de la paupière, une pommade astringente, afin de les empêcher de se coller.

“ 4o Il ne faut mettre devant les yeux ni bandage, ni mouchoir, parce que cela empêche la sécrétion des paupières de s'écouler.

“ 5o Il est absolument nécessaire de maintenir le malade dans un air frais et sa chambre à une température égale ; il faut aussi préserver soigneusement l'œil malade d'une lumière trop vive.

“ On pourrait, bien souvent éviter cette maladie, en ayant soin de tenir les yeux proprement. Aussitôt après la naissance de l'enfant, on devrait essuyer les paupières avec un linge sec ; ensuite, on devrait les laver, avant de toucher à aucune autre partie du corps.

“ Il faut éviter d'exposer le nouveau-né à l'air froid et de le sortir au grand air, lorsque la température est trop basse ; le vêtir toujours chaudement et lui couvrir la tête, parce que le froid est une cause fréquente d'ophtalmie.”

Tous ces préceptes sont très sages et auraient besoin d'être répandus en Canada, autant qu'ailleurs.

quelques jours de traitement: demandez votre médecin au plutôt.

LA DIARRHÉE

C'EST là, par excellence, chez les enfants, la maladie de l'été et de la première moitié de l'automne. Ce que je vais dire est donc de la plus haute importance.

Si la diarrhée est légère, on peut continuer à laisser sortir l'enfant ; mais, si elle est forte, il faut, de toute nécessité, le laisser à la chambre. Il importe de le condamner à une diète relative ; s'il est au sein uniquement, il n'y a à observer que la régularité des tétés ; mais s'il est déjà habitué à prendre quelques aliments, on aura bien soin de ne pas lui donner de laitage, de soupe mitonnée, ou d'œufs à la coque. Pas d'aliments gras, pas de légumes, et surtout pas de fruits.

Supprimez-moi, bien entendu, toute lotion froide, jusqu'à nouvel ordre, et mettez-moi sur le ventre, chaud et brûlant, une bonne ceinture de flanelle. Ayez soin même, avant de mettre cette ceinture, de faire une onction sur le ventre avec de l'huile de camomille camphrée légèrement tiède.

C'est le cas aussi de donner cette excellente macération de poudre de café que recommande souvent le Dr Brochard.

J'en rappelle la formule :

Mettre au fond d'un entonnoir une boulette de ouate ; jeter, suivant l'âge de l'enfant, une cuillerée à café ou une cuillerée à bouche de poudre de café et verser par-dessus, lentement et par petites doses, un verre d'eau froide. Donner par gorgées,

ou la suivante :

Eau d'orge.—Vous prenez une cuillerée à soupe d'orge moulue que vous mettez dans six onces d'eau : vous faites bouillir pendant quinze à vingt minutes, vous assaisonnez et vous coulez. Cette décoction doit être faite deux fois par jour, de manière à toujours être fraîche. L'orge préparée n'est pas aussi bonne. On se sert de l'eau d'orge ainsi faite en mettant une partie dans deux ou trois de lait.

Si cette préparation simple ne suffit pas, on fait prendre à l'enfant un petit paquet d'un gramme de sous-nitrate de bismuth au repas du soir. Enfin on ajoute à ces petits soins, très simples et très anodins, deux lavements d'amidon pris l'un le matin, l'autre le soir. Voici comment se préparent et se donnent ces lavements.

Prendre une bonne cuillerée à bouche de poudre d'amidon. Jeter par-dessus un verre d'eau froide ; bien délayer ; puis verser un demi-verre d'eau chaude et laisser refroidir à la température du corps avant l'usage.

Avant de le donner, vider le corps de l'enfant avec un lavement d'eau tiède.

Une fois le lavement d'amidon donné, rapprocher les jambes pour qu'il soit gardé.

Quand on aura suivi en tous points les conseils que je viens d'indiquer successivement, on sera vraiment bien malheureux si on n'a pas pu arrêter la diarrhée du bébé.

Dr TH. CARADEC, fils.

La diarrhée des enfants, comme toutes les diarrhées, guérit après

CORRESPONDANCE

MONTRÉAL, 16 JUILLET 1890.

SÉVERIN LACHAPPELLE, M. D.

Monsieur,

Sur réception du second volume LA MÈRE ET L'ENFANT, je dois vous dire que je trouve ce livre très utile et que j'ai trouvé une foule de renseignements in-

dispensables à une jeune mère de famille, car après avoir suivi les conseils dans votre précieux livre, j'ai trouvé un grand bien pour moi et mes enfants, et je ne voudrais pas m'en défaire pour aucun prix en attendant le 3ème volume. Je vous souhaite tout le succès mérité.

DAME LUPIEN.

Le bain chaud—38 degrés centigrades—pendant quelques minutes, tous les matins, constitue une habitude médicamenteuse contre la diarrhée des enfants.

Il est plus important de conserver un enfant en bonne santé que de le guérir quand il est malade : on peut atteindre ce but par la régularité dans les habitudes. Une nourriture appropriée, à des heures régulières donnera du ton aux organes digestifs, un temps fixe pour le repos et l'exercice, amoindrira l'irritabilité des centres nerveux et les fortifiera ; la force musculaire croîtra, et les facultés intellectuelles se développeront en proportion de la vie animale.

AMOUR MATERNEL

ILS arrivaient lentement de Narbonne, en suivant une longue route blanche et poussiéreuse.

L'homme marchait le premier, son grand chapeau de feutre pointu se détachait dans le bleu du ciel ; il excitait

du geste et de la voix un petit cheval gris, vieux et pelé, qui traînait péniblement une voiture. Une femme jeune et charmante, toute épanouie de fraîcheur et de santé, fermait la marche, les yeux fixés sur la voiture peinte en rouge.

quelques jours de traitement : demandez votre médecin au pîutot.

C'était une voiture de saltimbanques, de nomades ; les fenêtres, percées dans la maison roulante, avaient des rideaux blancs et coquets.

— Bien sûr, nous serons demain de bonne heure à Perpignan, dit l'homme.

— Nous aurons quatre jours pour notre installation, tant mieux, répondit la jeune femme.

— J'ai bon espoir, reprit José ; Perpignan, c'est une bonne ville, gaie et hospitalière.

— Je voudrais bien nous arrêter un peu pour voir Petiot.

José n'eut pas de peine à faire reposer la bête, qui souffla avec contentement. Aussitôt la femme pénétra dans la voiture ; elle en ressortit tenant dans ses bras un petit être pâle et chétif. On n'aurait pu mettre un âge sur ce visage flétri qui semblait avoir déjà subi plusieurs années de souffrance, tandis que le corps délicat semblait appartenir à un enfant de quelques mois à peine.

Le petit semblait plus triste encore dans les bras de sa mère rose et robuste ; ce contraste du bouton flétri près de la fleur épanouie est toujours pénible.

— Comme Petiot est pâle ! J'ai hâte d'arriver, je le ferai soigner ; si nous pouvions réussir, mon Dieu ! Nous paierions un bon médecin, et après il irait bien, il deviendrait beau et fort comme les autres, peut-être ! dit la Jossette. Le père regarda l'enfant, et son visage barbu et dur s'attendrit ; vraiment Petiot avait mauvaise mine, et il était bien faible pour ses trois ans.

Le voyage se continua sans incident ; les bonnes gens suivaient leur route, la mère couvant le Petiot d'un regard tout étincelant de tendresse.

L'établissement suivait par petite vitesse.

C'était un musée qu'on regardait au travers de verres grossissants : un assemblage baroque où la famille Kink assassinée par Troppmann était suivie d'une vue de Venise ou de la prise de Sébastopol.

Comme les saltimbanques l'avaient prévu, ils arrivèrent à Perpignan le lendemain ; de loin, les grandes tours crénelées du Castillet leur apparurent tout à coup. Il y avait déjà beaucoup d'animation à l'entrée de la ville, et de nombreuses baraques s'élevaient en hâte le long de la belle avenue des Platanes.

Les bêtes mugissaient derrière les grandes toiles de la ménagerie représentant les animaux extraordinaires des temps antédiluviens.

Après avoir obtenu l'autorisation du maire, José et sa femme vinrent prendre place. C'était là une grande question. enfin, tous deux tombèrent d'accord, et choisirent un emplacement, ni au commencement, ni à la fin de la foire. Au commencement, le public n'est pas encore entraîné, et, à la fin, il est souvent ruiné.

Bientôt José se mit à l'œuvre, courageux à taper le marteau et à draper l'étoffe rouge qui encadrerait les vues.

La veille même de la foire, une grande voiture de couleurs tapageuses s'arrêta à quelques mètres de la baraque de José, et les nouveaux venus s'installèrent.

Une grande banderolle annonça : Musée moderne.

Le jour de l'ouverture, un homme vêtu comme un général d'opéra-bouffe, fit un boniment étourdissant en atti-

rant le public par la promesse des merveilles qu'on voyait à l'intérieur,

Le prix était modeste, et, selon la tradition on ne payait qu'en sortant.

C'était une exposition de personnages en cire, célèbres par leurs exploits ou leurs assassinats ; il y avait là un assemblage bizarre ; les costumes éclatants séduisaient la foule, et l'horreur des bandits l'effrayait.

Pour la première fois un spectacle pareil se voyait à Perpignan ; aussi le succès fut-il immense.

José regardait tristement ce flot humain qui passait devant lui sans même regarder sa baraque.

La femme, assise devant la porte, à la caisse, attendait, aussi, l'air navré. Souvent, un éclair de jalousie brillait dans ses yeux en voyant le concurrent heureux, l'homme au musée moderne.

Le second jour ce fut de même ; seuls, quelques enfants vinrent s'extasier devant les toiles peintes de José. Toute la gloire restait pour les figures de cire.

Le Petiot pâlisait encore ; un médecin avait déjà dit : " Il faut de la viande et du vin."

Mais ce régime aurait coûté cher, et le pauvre enfant devait partager le maigre ordinaire de légumes cuits à l'eau, et de la salade.

Tenant son enfant serré contre elle, la pauvre mère regardait avec douleur ses traits pâlis ; elle eût voulu lui redonner la vie, elle se demandait comment donner son sang à ce petit être.

Elle essaya de travailler en ville, mais les portes se fermèrent devant elle ; on n'aime pas les forains, on s'en méfie. Elle aurait bien mendié, mais on pouvait la mettre en prison.

— Que faire ?... se disait-elle, les yeux pleins de grosses larmes.

José, et la Josette, comme on appelait sa femme, avaient pour voisin de baraque un dentiste fantaisiste, comme il s'en trouve dans toutes les foires. Il avait, naturellement, inventé un élixir merveilleux empêchant toutes les douleurs auxquelles notre pauvre nature est sujette.

— Ainsi, clamait-il d'une voix retentissante : je mets une goutte d'élixir, une seule, sur votre dent malade, et je l'arrache sans la moindre douleur !

Malheureusement, quelques patients crédules, après avoir gravi l'étroit escalier et s'être assis dans le fauteuil fatal, avaient jeté des cris effroyables pour cette opération *sans douleur*, et la foule, devenue sceptique, ne se hasar-dait plus ; le dentiste avait beau lancer les boniments les plus engageants, les malins passaient en disant : Il ment comme un arracheur de dents.

— Sont-ils douillets, mon Dieu !... disait-il en se lamentant et en confiant ses déceptions à sa voisine. La Josette compatissait à ses regrets, et tous deux maudissaient leur mauvaise chance.

— Il me faudrait seulement quelqu'un qui ne crie pas, et mon crédit reviendrait ; mais tous ont braillé comme si je les tuais...

— Il me semble que je ne crierais pas, moi ; et une pensée rapide passa dans le regard de Josette ; elle continua :

— Combien me donneriez-vous par dent si j'affirmais que je ne souffre pas ?

— Cinq francs, dit l'homme.

— Ce n'est pas assez ; dix francs, et je sourirai...

— Ce serait dommage tout de même, dit l'arracheur, en regardant en connaisseur la double rangée de perles qui

quelques jours de traitement : demandez votre médecin au plutot.

étincelaient entre les lèvres rouges de la jeune femme.

— Vous ne direz rien à mon mari ?...

— Entendu !

Le soir même la courageuse mère éloigna José et, sans trembler, s'arrêta devant l'affreux dentiste ; elle lui adressa un regard d'intelligence et monta d'un pas ferme.

Maintenant il parlait avec conviction, il était sûr de son sujet :

— Voilà une femme souffrant d'une douleur intolérable. J'ai vu le même cas pour le grand vizir et le schah de de Perse : mais, en trois secondes, le mal avait disparu... Voyez tous !... Je prends mon elixir et, sans magnétisme, sans geste, j'en verse une goutte,— vous voyez bien ?— et j'insensibilise... Avec cette pince, j'opère, et, vous allez le voir !... cette dame qui se confie à moi n'aura que de la satisfaction.

Et joignant le mouvement à la parole, le bourreau, d'une main solide, choisit une petite dent blanche et saine, bien enchâssée. Il secoua désespérément la tête de la pauvre femme ; enfin, après trois reprises, il était victorieux. Josette l'avait promis, elle put sourire : elle songeait à Petiot, qui allait pouvoir manger le lendemain.

Le dentiste tint parole. La Josette eut ses dix francs. Cinq fois elle souffrit ce martyr ; mais Petiot revenait un peu à la vie ; il reprenait de la gaieté avec des couleurs ;

* * *

José ne s'aperçut de rien.

Un soir après l'opération, la courageuse femme, au moment où elle allait rentrer dans sa voiture, fut abordée par un homme bien mis, d'allure sérieuse.

— Madame, je suis docteur, je passais tout à l'heure par hasard, quand cet affreux homme vous torturait ; il y a là un mystère que je ne comprends pas. Je vous en prie expliquez-le-moi.

La pauvre femme rougit et balbutia comme une coupable. Elle avoua enfin qu'elle souffrait horriblement, mais que cette homme la payait ; puis, elle parla de Petiot qui, en huit jours, était déjà mieux.

— Je n'ai qu'une peur, c'est que cette ressource sera vite épuisée !

Il y avait dans son regard un tel rayonnement d'amour maternel et de dévouement, que le docteur en demeura saisi. Il regarda avec admiration cette mère sublime, et demanda à voir Petiot. Il trouva quelques bonnes paroles d'espoir et lui promit de revenir le lendemain.

— Vous ne me dénoncerez pas ? lui demanda Josette.

Il sourit sans rien lui répondre.

Le lendemain il revint avec vingt-cinq pièces d'or, une fortune.

— Voilà cinq cents francs, dit-il, j'ai raconté votre dévouement et votre courage à des mères plus fortunées que vous, elles ont voulu vous aider. Avec cette somme, vous allez bien soigner le Petiot ; il n'a rien d'attaqué, il lui faut des soins et de la viande ; quand le trésor sera épuisé, vous viendrez me revoir et je ferai encore pour le mieux.

Une joie profonde illumina les traits de la Josette, et un sourire radieux entr'ouvrit ses lèvres. Hélas ! l'écrin des perles n'était plus au complet, mais la beauté de son âme se reflétait sur son visage.

— Madame, dit le vieux docteur avec admiration, je n'ai jamais vu une femme ayant un plus beau sourire !...

JACK MORAND.

JOHNSTON'S FLUID BEEF

UNE NOURRITURE PARFAITE POUR LES ENFANTS

Elle fournit tout ce qui est nécessaire à former les muscles et les os. Bonne pour les *enfants malades*, quand il y a perte d'appétit, vomissement, etc.

“ Le Boeuf Fluide de Johnston ” peut se prendre sur du pain ou en thé. Une cuillerée à thé (½ once) contient autant de nourriture qu'une demi livre de viande de première qualité.

27, rue St-Pierre, Montréal.

Spécialité des Maladies des Enfants

Dr. SEVERIN LACHAPPELLE

NO. 3530, RUE NOTRE-DAME, SAINT-HENRI.

Heures de bureau.—Toute la matinée jusqu'à 1 heure P.M.

Pour les pauvres.—Tous les jours à l'Hôpital Notre-Dame, à 2 heures P.M.

Toute consultation par correspondance devra être accompagnée de la somme de un dollar.

Imprimerie du Commerce

COIN DE LA COTE ST-LAMBERT

No. 27, RUE FORTIFICATION, MONTREAL.

Nouvel établissement.—Caractères de fantaisies et de labeur.—Presses perfectionnées.—Prospectus, *En-têtes de lettres, Cartes de visite, Cartes d'affaires, Factums, Blancs de billets, Livres de compte, etc.*—Impressions en tous genres.—Ouvrage garanti.—Prix modérés.—Estimations fournies sur demande.

F.-X. LESSARD, Imprimeur-Relieur.



La Chevelure, c'est la Santé!

Le REGENERATEUR CAPILLAIRE AUDETTE nettoie la Tête et fait disparaître les Pellicules. Il empêche la chute des cheveux et en active la croissance.

LE REGENERATEUR CAPILLAIRE AUDETTE est une lotion douce et rafraîchissante, sans odeur comme pommade et convenant particulièrement aux enfants.

LE REGENERATEUR CAPILLAIRE AUDETTE n'est pas une teinture, c'est un stimulant et un tonique. Cette préparation est de plus exempte de tout produit chimique dangereux ainsi que l'atteste un grand nombre de témoignages des incillaires autorisés médicaux. Chez tous les pharmaciens, 50 cts. la bouteille.

S. LACHAPPELLE, seul propriétaire, 1538 et 1540 Rue St-Casimir, Montréal.

PHARMACIE

— DU —

Dr GUSTAVE DEMERS

2193 RUE NOTRE-DAME

MONTREAL.

Grande spécialité des remèdes de l'Enfance :

Contre les Convulsions : Sirop anti-convulsif du docteur Gelineau.

Contre la Coqueluche : Sel alimentaire iodo-bromophosphate de Paul Collas.

Sirop de Dentition : I. Mousnier, Paris.

Alimentation de l'Enfant : Phosphatine Falières.

Suberine : Poudre de toilette au liège.
Guérit les rougeurs, les excoriations de la peau, les gerçures des seins.

Papier Rigollot : Remplace avec avantage l'emplâtre de moutarde, d'un usage si fréquent chez les enfants.

ETC., ETC., ETC.

PHARMACIE DU DOCTEUR GUSTAVE DEMERS

2193 RUE NOTRE-DAME, MONTREAL.

On s'abonne ici au journal LA MÈRE ET L'ENFANT.

Tirage du mois de Juillet, No 3, 2500 copies.

F.-X. LESSARD, Imprimeur.

Imprimé par "l'Imprimerie du Commerce," 27, rue Fortification.