

Technical and Bibliographic Notes / Notes techniques et bibliographiques

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

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

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

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

- Additional comments / Commentaires supplémentaires: Pagination continue.

JOURNAL D'HYGIENE POPULAIRE™

Organe Officiel du Conseil Provincial d'Hygiène

PARAISANT LE 25 DE CHAQUE MOIS;

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

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

—
JANVIER 1894

—
ABONNEMENT: \$1.50, PAYABLE D'AVANCE.

AVIS IMPORTANT

☛ Nos abonnés retardataires, près de cinq cents, ont dû recevoir le montant de leurs arrérages. Le paiement régulier de l'abonnement annuel étant absolument nécessaire pour assurer l'existence du *Journal d'Hygiène Populaire*, nous prions respectueusement ceux qui sont en compte avec nous de régler immédiatement. Nous espérons que la bonne volonté de nos débiteurs nous empêchera de revenir sur ce sujet.

—
SIEGE DE L'ADMINISTRATION: 25, RUE SAINTE-THERESE,
MONTREAL.

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 trouvent 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.

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.

SOUVERAINÉ 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.

SOMMAIRE

Curabilité de la consommation : le traitement hygiénique du com-
somptif.—Feuilleton : Hygiène et piano ; le record de l'enterrement ;
les médecins chinois ; au régime lactée.—Il faut être propre.—
Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène
de la Province, pendant le mois de Décembre 1893 (*tableau*).—Les
étuves à purifier.—L'appétit.—Hygiène des vêtements.—Pourquoi
les enfants mangent trop tot.—Statistique vitale de 1893 : comté de
Joliette.—Conseils pour tous.

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.**

Dépot à MONTRÉAL — PHARMACIE DECARY

OUVRAGES APPROUVÉS

PAR LE

Comité Catholique du Conseil de l'Instruction Publique

TRAITÉ ÉLÉMENTAIRE D'HYGIÈNE PRIVÉE

Vol. relié in-8° de 188 pages

PRIX : L'UNITE, 35 CENTINS ; LA DOZ., \$3.60

— ET —

CATÉCHISME D'HYGIÈNE PRIVÉE

Opuscule in-16 de 64 pages

PRIX : L'UNITE, 10 CENTINS ; LA DOZ., \$1.00

PAR

Le Docteur J.-I. DESROCHES

EXTRAIT du Rapport de la 97^e Conférence de l'Association des Instituteurs de la Circonscription de l'École Normale Jacques-Cartier, tenue le 26 mai 1893.

M. l'abbé Verreau parlant de la Conférence que vient de donner M. le Dr Desroches " termine en disant beaucoup de bien des différents ouvrages du Dr Desroches et recommande fort aux instituteurs de s'en procurer la série. L'instituteur trouvera là toute la science dont il fera part aux élèves qui lui sont confiés."

CHOLERA !

Prévenez cette **TERRIBLE MALADIE** en vous procurant de suite

L'ANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY

La Diarrhée, quoique n'ayant pas ordinairement le caractère grave du Choléra, a souvent des conséquences funestes, si elle est négligée.

Quelques doses d'ANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY arrêtent à son début ce mal si redoutable.

M. A. Casavant, pharmacien, aux Etats-Unis, écrit ce qui suit :

M. L. ROBITAILLE.

Monsieur et Cher Confrère,

"Je me fais un devoir de témoigner en faveur de PANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY, que vous êtes, paraît-il, en voie de faire connaître au public canadien. Voilà plus de dix ans que je suis dans la Pharmacie en différentes localités aux Etats-Unis, et je dois dire en toute sincérité que je ne connais pas de préparation qui ait donné autant de satisfaction que PANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY. J'ai eu occasion de voir cette excellente préparation employée dans une foule de cas et toujours avec le plus grand succès. D'après mon expérience, c'est véritablement le spécifique par excellence contre le CHOLÉRA et la DIARRHÉE." Bien à vous,

A. D. CASAVANT, Pharmacien
Fall River, Mass. 2 avril 1892.

En vente partout à 50 cts la bouteille

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 religieuses, établissements industriels, constructions privées. Expertises, arbitrages, expropriations.

Ingénieur Civil et Sanitaire, Arpenteur Provincial, Architecte

Bureaux: - Imperial Building, 5ème Etage, Rue St-Jacques

MONTRÉAL.

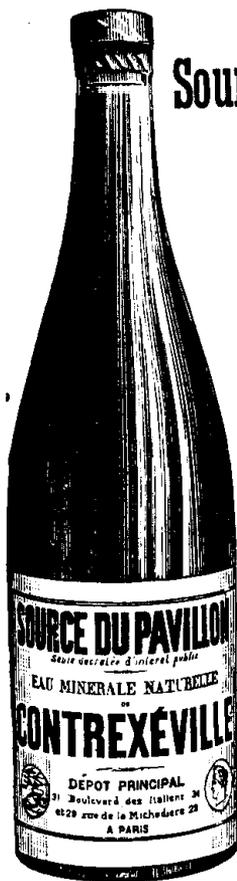
BREVETS d'INVENTION, Marques de Commerce, Dessins de Fabriques, Droits d'Auteur, Canada et étranger.

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, BALLET, CHANTEMESSE, BLANCHARD, BONNAIRE, BUDIN, LANDOUZY, F. RAYMOND, POIRIER, TERRILLON, etc. ; MM. les médecins des hôpitaux, COMBY, MAGNAN, JOSIAS, JULES SIMON, SEVESTRE, TERRIER, TROISIÈRE, etc., etc. Un No hebdomadaire de 24 ou 32 pages, illustré de nombreuses gravures. Il forme par an, deux beaux volumes in-4 raisin, d'environ 600 pages chacun. Abonnement d'un an 21 fr. pour.....

Etablissement 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,

4, Rue Gosford, Montreal.

JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

Xe ANNÉE

MONTRÉAL, JANVIER 1894

No 9

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

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

SIÈGE DE L'ADMINISTRATION : 25, RUE SAINTE-THERÈSE.

BOITE 2027, BUREAU DE POSTE.

CURABILITÉ DE LA CONSOMPTION (1)

Le traitement hygiénique du consommptif

MESSIEURS,

A l'heure présente, la consommation est la maladie qui cause chez tous les peuples le plus grand nombre de décès. Elle est aussi la maladie qui a, de nos jours, le plus passionné les savants du monde médical. Son origine parasitaire est maintenant admise dans la science. La lumière qui s'est faite, dans ces dernières années, autour de cette maladie, permet de dire que la consommation est curable sous toutes ses formes et à tous ses degrés. D'ailleurs, c'est un fait depuis longtemps établi, du moins au point du clinique. Mais hâtons-nous de dire que la meilleure arme de la médecine contre cette maladie est l'hygiène, non seulement pour prévenir le mal, mais aussi pour le combattre, alors qu'il est déclaré et que la contagion a fait son œuvre.

“ La phtisie est curable, dit Daremberg, quand on prescrit peu de médicaments et beaucoup d'hygiène. La guérison obtenue lentement est seule solide. ”

Dans l'état actuel de nos connaissances sur la nature et les causes de la phtisie, il nous est permis de dire que, si l'on ne

(1) Travail présenté, le 19 janvier 1894 à “ La Société de Médecine Pratique de Montréal. ”

guérit pas cette maladie en tuant le parasite qu'il l'engendre, on peut cependant la guérir en mettant le malade dans de telles conditions qu'il sera plus fort que sa lésion et qu'il sortira victorieux de la lutte. La question ainsi posée laisse entrevoir qu'il vaut mieux considérer les médicaments comme de précieux adjuvants du traitement de la tuberculose.

Aujourd'hui les immortels travaux de Villemin et de Pasteur, l'enthousiasme causé par les incessantes conquêtes de la science médicale, laissent entrevoir que nous ne tarderons pas à assister à la naissance d'une thérapeutique définitive, rationnelle et efficace contre la plus funeste des maladies microbiennes, la consommation. Déjà nous pouvons affirmer, et pour cela nous avons des faits cliniques indéniables, que la phtisie est curable sous toutes ses formes et à tous ses degrés.

De nos jours encore, nombre de médecins distingués abandonnent la lutte quand une fois la phtisie est confirmée. Cette conduite est indigne du médecin qui doit toujours et vaillamment travailler à reculer le plus possible les limites de la vie chez tout individu malade.

Messieurs, j'ai cru vous intéresser en venant vous entretenir du traitement hygiénique de la phtisie et vous répéter avec beaucoup de savants médecins, qui marquent présentement la marche du progrès médical, que cette maladie est curable par la nature.

Les moyens hygiéniques que comporte le traitement de la

FEUILLETON

Hygiène et piano

Faudrait pas en abuser, pas de l'hygiène, mais de la musique ; et, somme toute, une grande partie des névroses actuelles, chez les femmes surtout, vient de la musique. Avant de crier au paradoxe, faites-moi le plaisir d'attendre la démonstration.

Qu'est-ce que la musique ? Un art qui s'adresse exclusivement aux nerfs et qui n'agit que sur les nerfs et par les nerfs. Passez en revue les musiciens qui vous entourent ; si vous rencontrez un sanguin sur mille, ce sera tout le bout du monde. Le sanguin est peintre, sculpteur, littérateur, mais pas musicien ; et de fait, se figure-t-on un gros joufflu susurrant des motifs sur la pâleur des étoiles et les désespoirs d'amour ? Maintenant, si vous voyez une

ptisic, consistent à diminuer la puissance d'action du parasite, à augmenter la force de résistance vitale du malade. Ce traitement vise deux fonctions dont les troubles sont les principaux facteurs de la dénutrition qu'on observe toujours chez le tuberculeux. Ainsi nous voyons l'importance de *l'alimentation* et de *l'hématose*. Nous allons examiner avec soin ces deux questions qui constituent la base du traitement hygiénique.

L'alimentation joue une influence considérable sur la marche et l'évolution de la ptisic. Un tuberculeux qui mange beaucoup et digère bien, a les plus grandes chances d'amélioration et de guérison. Au contraire, si les fonctions digestives périclitent et si le malade cesse de manger, l'organisme perd du terrain, parce que la recette est presque nulle et les dépenses sont exagérées.

L'intégrité des fonctions digestives a donc une importance capitale ; c'est la condition essentielle du traitement. C'est pourquoi il faut, avant tout, entourer des soins hygiéniques les plus minutieux les voies digestives, et proscrire tout procédé thérapeutique susceptible d'entraver leur fonctionnement.

La plupart des tuberculeux sont de petits mangeurs et ont quelquefois une anorexie invincible, tout en digérant fort bien les aliments qu'ils prennent. C'est un cercle vicieux qu'il faut briser à tout prix. Pour cela il importe de varier à l'infini les menus des repas et d'augmenter progressivement la quantité des aliments jusqu'à dépasser la ration d'entretien, de faire enfin une sur-

jeune fille adonnée à l'éther et au bromure, n'hésitez pas : *cherchez le piano*.

Le piano n'est pas la musique, direz-vous. — Pardon, pour les cinq sixièmes des gens, la musique, c'est le piano. Or, si vous voulez me permettre l'emploi du pronom personnel, je vous dirai que j'en parle sciemment, ayant étudié cet instrument malsain jusqu'à dix heures par jour. Pour arriver à jouer une simple polka de façon dansante, il faut, pendant des heures et des années, répéter jusqu'à épuisement nerveux : *do, ré, mi, fa, sol, fa, mi, ré, do*, ressasser de grammes, des arpèges et des exercices. Est-ce déjà très hygiénique pour les nerfs ? Mes propres souvenirs m'obligent d'en douter.

Mais supposons que le "sujet" ait suffisamment désarticulé ses phalanges pour être un pianiste capable de tout jouer : Chopin, Mendelssohn et Wagner. Ici commence alors, dans toute son inten-

alimentation qui modifie, une alimentation à dose thérapeutique. D'ailleurs, il n'y a généralement aucune relation entre l'appétit du tuberculeux et la faculté de digérer : le suc gastrique est à peu près normal chez la plupart des tuberculeux.

Si, malgré les tentatives les plus diverses, on n'arrive pas à alimenter le phthisique, il faudra avoir recours à l'alimentation forcée, au gavage. Aujourd'hui, grâce à la méthode de Débove, nous pouvons faire pénétrer dans l'estomac un mélange alimentaire. Ce moyen d'alimenter le tuberculeux donne souvent des résultats véritablement merveilleux. Il arrive fréquemment que des malades, soumis à ce régime forcé, recouvrent l'appétit et se mettent à manger d'eux-mêmes.

Pour ce qui concerne la quantité des aliments à ingérer, il n'y a pas de règle, mais tous les efforts doivent tendre à ce qu'elle soit la plus grande possible. Les repas doivent être en plus grand nombre que dans la vie ordinaire : quatre ou cinq repas par jour et des plus substantiels. Si le malade est févreux, on devra le rationner au lieu de le suralimenter, en lui donnant des aliments liquides.

La viande est l'aliment par excellence du tuberculeux, par ce qu'elle contient de l'azote sur le plus petit volume et sous la forme la plus digestive. Toutes les viandes sont permises.

Les poudres de viandes sont d'excellentes préparations alimentaires et rendent les plus grands services. Finement divisées elles

sité, l'action signalée sur les nerfs au début de cette... boutade si vous voulez. Le sujet — prenons une jeune fille — est nerveuse, a l'imagination vive et la sensibilité développée à l'excès, grâce à ses études de piano, qu'elle eût avantageusement remplacées par la gymnastique et une consciencieuse pratique de l'art culinaire. Elle a inauguré sa matinée par deux ou trois heures de gammes et d'exercices de doigté. A deux heures, elle se met au piano, sous la sensation déjà pénible d'une robe de bal qui a été manquée. La Marche funèbre de Chopin est indiquée ; morceau superbe, c'est hors de doute, mais qui, bien senti, par des nerfs bien préparés fait à ces nerfs le même-effet que l'acide acétique sur une plaie vive. A cinq heures, le sujet est pris de bâillements symptomatiques, pleure sans savoir pourquoi ; à six, il parle d'entrer en religion. O musique ! Puis, à côté, si vous le voulez, une jeune fille que la " tyrannie paternelle " empêche d'épouser un gredin, se

sont digérées et assimilées aisément. On peut les administrer avec des confitures, des œufs brouillés, du lait, du bouillon, des potages. La dose peut varier entre 1 à 10 onces.

Il y a un très grand nombre de préparations, jus de viande, thé de bœuf, extraits de bœuf, etc., qui doivent être rejetées de l'alimentation du phtisique. Ce sont, pour la plupart, des aliments déplorables qui provoquent des troubles digestifs. Il faut faire exception pour les peptones qui sont précieux comme aliments.

Les aliments gras ont une valeur incontestable dans l'alimentation du tuberculeux. Le beurre, le jaune d'œuf, les œufs, le lait, le lard, etc., doivent être recommandés. Ils sont de puissants moyens pour rétablir les pertes.

Parmi les matières grasses l'huile de foie de morue occupe une place des plus importantes. Elle est, en réalité, un excellent aliment gras qui rend les plus grands services dans le traitement de la tuberculose. Quand elle est prise à dose suffisante (4 à 8 onces par jour) et que l'estomac la tolère et digère bien, on constate toujours une amélioration des plus manifestes. Il est utile de prescrire après l'ingestion de l'huile de foie de morue une promenade à pied, car, suivant l'expression de Daremberg, l'huile de foie de morue ne se digère qu'avec les jambes. Mais, si l'huile de foie de morue se digère mal et trouble l'appétit, il vaut mieux la supprimer de l'alimentation, et essayer de la remplacer par l'huile d'olive ou l'huile de faine (2 à 6 cuillerées à soupe chaque matin).

morfond pendant des heures sur un amoroso de Gounod ou de Massenet; à six heures, évanouissement forcé. O musique!... Ajoutez à ces résultats néfastes que, pour être tout à fait "moderne," un musicien ou une musicienne qui se respecte ne doit avoir sur son pupitre que de la musique enragée, à tunnels, excavations, souterrains, qui achève de détraquer complètement un organisme déjà trop débilité!

Je n'insisterai pas sur la nécessité où l'on est, quand on aime la musique, d'aller s'enfermer dans des milieux de culture également favorables aux dièzes et aux microbes, tels que théâtres et salles de concert. Ce qu'on y respire, la chimie nous l'apprend; ce qu'on y entend, les maladies nerveuses le révèlent.

La musique hygiénique — riez tant que vous le voudrez — c'est le tambour. J'ai connu un peintre d'un grand talent, M. Kausmann, qui remettait ses nerfs en place par des exercices sur

La glycérine a été proposée, mais bien à tort, comme succédanée de l'huile de foie de morue, elle n'en a pas les mêmes propriétés.

Les lavements alimentaires méritent une mention et rendent de grands services lorsque le malade refuse de prendre, soit par caprice, soit parce qu'il y a un spasme du pharynx ou de l'œsophage, soit enfin parce que l'estomac ne digère pas les aliments ou les rejette par les vomissements. On peut soutenir ainsi le malade pendant plusieurs jours et quelquefois plusieurs semaines. Il importe d'administrer ces lavements alimentaires toutes les 3 ou 4 heures. En agissant ainsi on gagne du temps et le phtisique ne maigrit pas. Quelquefois dans l'intervalle l'appétit revient et l'état du malade s'améliore.

L'air est un aliment indispensable à la vie de l'homme. L'air joue, avec l'alimentation, une influence manifeste sur la marche et l'évolution de la phtisie. L'air est préconisé, à bon droit, par tous les médecins qui s'occupent de la cure des tuberculeux. D'ailleurs, la cure à air libre a le mérite de la simplicité et donne d'excellents résultats.

Il n'existe pas de localité spécifique contre la phtisie. Cependant il y a des régions du globe qui se prêtent mieux à l'application du traitement.

Notre climat oblige le malade à se couvrir d'habits de flanelle qui a l'avantage de maintenir la chaleur du corps ; il faut augmenter l'épaisseur de ce vêtement suivant les saisons. Ainsi vêtu, le phti-

cet instrument bruyant, mais inoffensif, excepté toutefois pour l'oreille des voisins. Mais n'est-ce pas la vraie musique hygiénique que celle qui fait parcourir des kilomètres à nos soldats, sans les fatiguer ?

Quant aux jeunes filles, si le tambour est au-dessus de leur courage, que ne délaissent-elles le piano au profit du trombone, qui, lui, du moins, procure à la poitrine une salutaire gymnastique et qui n'a jamais, que je sache, occasionné de névroses !

Avec beaucoup plus de pédantisme, si vous y tenez, je vous démontrerai que la thèse que je ne fais qu'indiquer n'est pas si paradoxale qu'elle en a l'air. Prenons garde à la musique et au piano : la musique est un irritant, parfois dangereux, de la sensibilité nerveuse, et le piano a engendré plus de névroses que de gens amusants. "

GABRIEL PRÉVOST.

sique s'évite les refroidissements brusques. D'ailleurs, bien vêtu le tuberculeux est protégé contre les abaissements de la température et contre les atmosphères humides.

Le traitement de la tuberculose par l'air libre est de nos jours en grande faveur. On en a démontré les avantages et apprécié les conditions de son application. Si le tuberculeux peut marcher, il ira faire sa course au grand air; mais il évitera les rayons directs du soleil. L'exposition directe au soleil est nuisible au phthisique: une légère élévation de température corporelle ou même de véritables poussées fébriles, en sont parfois la conséquence. Le tuberculeux pourra s'abriter sous une tente ou un bousquet d'arbres. Durant la nuit la fenêtre de la chambre restera entr'ouverte. Pour les malades qui ne peuvent pas sortir, l'aération de la chambre à coucher doit être pratiquée pendant toute la journée en maintenant la fenêtre ouverte, pendant la nuit par la fenêtre entr'ouverte, et un paravent placé entre le lit et la croisée.

Pendant les saisons humides et froides, la cure d'air pourra se continuer dans la chambre, en maintenant le vasistas ouvert pour faciliter le renouvellement continu de l'air. Pourvu qu'il se couvre suivant les saisons, le malade s'accoutumera aux oscillations de la température de la chambre. Cependant, durant nos grands froids, on peut faciliter le renouvellement de l'air par l'aération de la chambre voisine.

Le record de l'enterrement

Un américain, de Chicago, M. Seymour, se fait fort de vivre sous terre, inhumé à une profondeur de sept pieds, près de sept pieds dans un cercueil — pendant tout le temps qu'il faudra pour qu'il croisse sur sa tombe un carré d'orge semé au moment de son ensevelissement, c'est-à-dire pendant six ou sept semaines.

Il se ferait inhumer dans un vaste cercueil à trois compartiments vers la mi-août; selon ses calculs, le plant d'orge pourrait être récolté vers le 24 septembre, alors on ouvrirait la fosse et il en sortirait vivant.

Par quel secret moyen arriverait-il à cette résurrection? C'est ce qu'il ne dit pas.

Toujours est-il qu'on prend très au sérieux, aux États-Unis, son extravagant projet, et que la municipalité de Chicago paraît dis-

Cette cure à l'air libre doit être fait au repos. Le repos est un des principaux points de l'hygiène du tuberculeux. Le phtisique doit abandonner ses occupations, renoncer à ses travaux matériels, intellectuels, aux plaisirs, à toute fatigue. Il doit peu marcher, peu parler, rester longtemps au lit et garder la position horizontale presque continuellement. Il faut cependant se rappeler que le bien-être moral et la gaieté ont des effets matériels excellents.

L'effet de la vie à l'air libre est à la fois naturel et moral. L'appétit est meilleur et les digestions se font mieux. C'est le phénomène capital pour le tuberculeux. L'air libre, surtout quand il est frais et pur, est un très bon apéritif. L'oppression se calme, le sommeil revient, la fièvre disparaît et les forces renaissent.

L'influence de l'air libre est applicable à tous les tuberculeux indistinctement ; la fièvre n'est pas une contre indication. Le traitement par l'air libre a fourni des résultats inespérés dans des cas à allure très rapide ou même à forme typhoïde. Baigné d'air et de lumière et s'alimentant copieusement, le tuberculeux se sent renaitre et reprend goût pour l'existence. Ce traitement hygiénique donne de brillants succès dans la convalescence des poussées tuberculeuses aiguës.

Aux méthodes fondamentales que nous venons d'exposer et qui forment la base du traitement hygiénique de la phtisie, on peut joindre à titre d'adjuvants quelques autres moyens, l'hydrothérapie

posée à autoriser cette étonnante expérience, à la condition que la tombe du mort-vivant soit gardée par des soldats, avec lesquels Seymour se trouvera en communication par un système de signaux rattachés au cercueil et qui permettraient à l'enterré de se faire exhumer avant la date prescrite, s'il trouve le temps trop long où son habitation subterrestre par trop " incommode !... "

Les médecins chinois

Les médecins chinois sont encore loin de se syndiquer ; mais nos confrères à queue en sont-ils plus malheureux pour cela ?

Pour le médecin chinois, le travail commence avant le jour. Dès la première heure il donne des consultations. A dix heures, il commence ses visites en litière.

Le malade met à sa porte une carte portant le nom de son mé-

modérément appliquée, la gymnastique respiratoire, les frictions et lotions, destinées à exciter les fonctions de la peau.

La propreté de la peau est nécessaire à la conservation de la santé. Comme le poumon, la peau respire, absorbe de l'oxygène, exhale de l'acide carbonique et des vapeurs d'eau. La respiration pulmonaire seule ne suffit pas aux échanges gazeux ; il faut la participation de la respiration cutanée, sans laquelle la flamme de la vie pâlit et menace de s'éteindre. Ainsi l'obligation de soigner la peau par des lotions et des frictions.

La gymnastique respiratoire produit de bons effets chez le tuberculeux. Cette exercice respiratoire favorise le développement des fonctions pulmonaires. Aussi devons-nous insister avec une grande vigueur sur cette gymnastique, qui non seulement développe le thorax des adolescents, mais encore, par des mouvements bien coordonnés et bien dirigés, favorise et régularise la nutrition. Cette gymnastique consiste à faire très fréquemment chaque jour, 8 à 10 inspirations et expirations profondes. Il ne faut pas exagérer ces mouvements qui entraîneraient des fatigues, qui affaibliraient les individus et qui pourraient être le point de départ de nouvelles poussées tuberculeuses.

On ne peut séparer les moyens préventifs du traitement hygiénique du consommptif. Pour le consommptif lui-même c'est un moyen de guérison, par ce qu'il réduit, au minimum, la possibilité d'une réinfection.

decin, parce que les maisons, qui sont toutes pareilles, ne portent pas de numéro. Le médecin est reçu avec de profondes révérences. On lui offre une pipe, puis on l'invite à tâter le pouls du malade. Si c'est un homme, le médecin s'assied en face de lui ; si c'est une femme, elle met un masque qu'elle n'ôte que pour montrer sa langue. Le malade étend la main sur un livre et le médecin applique les trois doigts sur son pouls, il le touche avec chaque doigt, puis il joint les trois pour le serrer fortement durant un certain temps et compte les pulsations, sans montre. Quand cela est fait, le malade étend l'autre main pour recommencer la même opération.

Alors le médecin fait des questions au malade et on lui apporte un encrier et une plume ; il fait l'ordonnance qui renferme des substances dont la majeure partie est formée d'extraits du règne végétal.

L'expectoration est le meilleur moyen de propagation du mal. Les crachats, de même que toute parcelle de pus ou d'excrétion tuberculeuse, tant qu'ils restent humides, gardent emprisonnés leurs microbes. Mais une fois desséchés, ils se mêlent aux poussières d'appartements que la moindre vibration de l'atmosphère fait longuement flotter dans l'air. Chaque grain même invisible de cette poussière peut contenir un grand nombre de bacilles. De là le danger, en respirant ces germes ainsi en suspension dans l'air, de contracter la maladie.

Il importe donc de prendre des mesures immédiates contre les microbes au moment même où ils sont rejetés au dehors.

Le même danger existe, mais amoindri, dans les cours des maisons, dans ces jardins, dans les rues, partout où l'on crache librement et où l'on respire la poussière.

Pour pouvoir détruire les crachats, il faut que les malades se servent de crachoirs contenant de l'eau ou une eau fortement antiseptique de préférence. Ces crachats ainsi recueillis doivent être ou brûlés ou jetés dans les latrines.

Les mouchoirs de poches qui reçoivent la sécrétion bronchique traînent souvent ça et là, contaminent un peu tout ce qu'ils touchent et en particulier les poches où ils résident. Conseillons, pour éviter les dangers de la contagion, de placer le mouchoir de poche ou dans un étui, ou dans un petit sac en mince toile imperméable, légèrement caoutchoutée, ou bien engutta-percha laminée,

Si le malade est un mandarin ou une personne de distinction, le médecin donne par écrit le diagnostic de la maladie, le pronostic et le traitement à suivre ; puis il reçoit en paiement sept ou huit francs enveloppés dans du papier rouge. Les honoraires des visites varient entre 0 fr. 60 et 2 fr. 50, selon la position du malade. De plus, celui-ci doit payer les hommes qui portent la litière du médecin.

Si la guérison n'est pas rapide on appelle *un autre* médecin, puis un troisième ou un quatrième, jusqu'à ce que, fatigué des médecins, le malade s'adresse à une divinité qui possède des propriétés curatives.

mais facile à laver. Ces mesures préservatives sont d'urgence autant pour le malade que pour les personnes saines. •

Ces habitudes de méticuleuses précautions contre les crachats doivent être généralisées à toutes les expectorations parce que toutes ces sécrétions peuvent être dangereuses et doivent être toutes suspectes. Il est certain que si la crainte de la contagion se répandait dans le peuple en même temps que l'espoir de la guérison on verrait le nombre des malades et, partant, des décès diminuer très sensiblement.

L'ingestion d'aliments provenant d'animaux tuberculeux peut être l'origine de la consommation chez l'homme. On doit prohiber de l'alimentation tout lait ou toute viande de provenance suspecte. Ce danger de contagion pourrait être évité par l'ébullition du lait et la cuisson parfaite de la viande: le bacille de la tuberculose est détruit à haute température.

Nous ne possédons pas encore la véritable médication pour triompher du fléau le plus redoutable au genre humain, par lequel succombe près d'un cinquième de la population. Mais les données essentielles relatives à la consommation étant maintenant connues, le médecin peut non seulement soulager les malades, prolonger leur existence, mais encore provoquer des améliorations durables, même des guérisons indéfinies.

L'hygiène moderne demande encore une chose du médecin, c'est de travailler à éliminer du sein des sociétés les circonstances pré-

Au régime lacté

Sonnet par A. VETTARD (inédit).

“ O bisques odorantes, poissons orgueilleux,
gibiers parfumés, végétaux délicats, volailles
rebondies, se peut-il que vous ayez si vite
disparu ! ”

(Ch. MONSELET).

“ Du lait, rien que du lait pour unique breuvage !

“ Et que cette boisson suffise à vous nourrir,

“ Si vous voulez du mal arrêter le ravage, ”

Me dit le médecin chargé de me guérir.

Quoi ! depuis si longtemps que j'en suis au sevrage,

A ce fade liquide il me faut recourir !

Vais-je aussi, reprenant les jeux du premier âge,

Retomber dans l'enfance avant que de mourir ?

paratoires qui sont des causes d'affaiblissement de l'organisme : la misère, l'inanition, le vice, l'alcoolisme, le surménage, l'encombrement ; de travailler enfin à l'éducation physique et morale de la population.

L'hygiène appelle des mesures législatives, mais elle est avant tout une question de persuasion, d'éducation, de mœurs. Au médecin est dévolu la tâche de gagner à la cause de l'hygiène toutes les intelligences, de les convaincre que l'hygiène est la médecine préventive des maladies, le cicerone qui mène à la longévité ; enfin au médecin d'affirmer que c'est au foyer domestique que l'hygiène doit avoir son berceau.

Messieurs, je ne crois pas mieux terminer qu'en citant M. Daremberg racontant sa propre guérison.

“ En 1886, après avoir passé plusieurs mois entre quatre murs des hôpitaux de Paris, j'arrivai sur les côtes de la Méditerranée, et, d'après le conseil de M. Bennet, je m'étendis toute la journée au soleil : la nuit, je laissais une fenêtre entr'ouverte ; je m'alimentais bien, je bus beaucoup d'huile de foie de morue. Je commençai à ne plus désespérer et j'aperçus ces lueurs d'espoir qui réchauffent le cœur au malade comme le font les feux fugitifs du soleil couchant. Et comme le dit Voltaire : l'espérance de guérir est déjà la moitié de la guérison. ” Puis les forces revinrent, je pus marcher, faire quelques petites promenades, passer de bonnes nuits, reprendre un peu de goût pour l'existence. Je ne trouvais plus que le soleil de ma vie se couchait ; je le voyais se lever chaque matin avec

Adieu, vins généreux et, parfois, bonne chère,
 Qui plus au cœur qu'aux dents m'a toujours été chère
 Lorsqu'avec des amis je festoyais le soir.

Du lait pour seul nectar et pour seule Ambrosie !
 O docteur ! d'un malade ayez la fantaisie !
 A ce régime blanc je vois la vie en noir.

La natation est un des meilleurs exercices, bien entendu si l'on n'en abuse pas. Elle donne de l'extension aux poumons et développe les muscles d'une façon remarquable. Le grand danger consiste à rester dans l'eau très longtemps et à ne pas se couvrir assez en sortant du bain.

bonheur et chaque jour lui reprocure trop peu de temps pour me permettre de jouir à loisir de l'air pur, de la vive lumière, de la mer bleue, du ciel, de la terre, de tout. C'est si bon de se sentir renaitre ! Il semble qu'on n'a jamais vécu. Cette vie dans l'air pur, nuit et jour, réveille l'appétit, améliore la digestion, supprime les quintes de toux, facilite l'expectoration et les mouvements respiratoires, invite au sommeil calme. Le plus souvent la fièvre et les sueurs disparaissent peu à peu."

Messieurs, j'en ai fini avec les considérations que je voulais vous présenter sur l'hygiène thérapeutique du tuberculeux.

DR J.-I. DESROCHES.

IL FAUT ÊTRE PROPRE

La propreté constitue une bonne part de la santé. La propreté, c'est-à-dire la pureté de l'air ; la propreté, c'est-à-dire la pureté de l'eau ; la propreté dans la maison et autour de la maison ; la propreté sur les personnes ; la propreté dans la toilette ; la propreté dans la nourriture et la boisson ; la propreté dans le travail ; la propreté dans les habitudes de l'homme et de la femme, la propreté de l'existence et de la conversation ; la pureté de la vie, la tempérance doivent faire partie intégrante de la vie. L'homme et la femme qui observent en tout les règles de la propreté sont mieux portants que les autres, toutes choses égales d'ailleurs. La bactériologie moderne a donné en médecine une énorme importance à la propreté. Les médecins aujourd'hui désinfectent leurs instruments plus soigneusement que jamais, afin de ne pas transmettre l'infection à leurs malades. Nous sommes à l'aurore d'une ère de propreté. Il faut bien se rappeler pourtant que ce n'est pas la poussière visible qui est la plus dangereuse, mais les déchets de substances animale ou végétale, les minuscules micro-organismes vivants, et invisibles. Le sable, l'argile, le charbon ne sont ni de la boue, ni de la saleté dans le sens hygiénique du mot. Ce sont les matières en fermentation, en décomposition, qui constituent la saleté, eu égard à la science moderne de l'hygiène.

DR D...

Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec, pendant le mois de Décembre 1893.

COMTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra	Variole	Typhus	Diph-térie	Croup	Scarlatine	Ty-phoïde	Kou-geole
	Montréal Ville	13	14	123	8	7
	Québec Ville	19	8	6	6
Argenteuil....	Greenville Village	2
do	Lachute Ville	1
Arthabaska.....	Stanford Canton	x(a)
do	Warwick	1
do	Tingwick	x(a)
do	Ste-Elizabeth	5
Bagot.....	Ste Rosalie	2
Beauce.....	Aubert Gallion	26	2
do	Ste-Marie	3
Beauharnois.....	St-Etienne	1
do	Valleyfield	2
Bellechasse.....	St-Lazare	2
Berthier.....	St-Gabriel	1
Bonaventure.....	Hope	1
do	New Richmond	1
do	Ristigouche	x(a)
Brome.....	Bolton East	1	1
Chambly.....	Chambly Canton	1
Champlain.....	St-Tite	3	1
Charlevoix.....	Petite Riv. St-Fr.	2
Chicoutimi....	Chicoutimi Ville	x(a)	x(a)	x(a)
Compton.....	Compton Village	5	1
do	Compton Towns.	1
do	Winslow Nord	2	1
do	Whitton Nord	3	1	2
Deux Montagnes..	St-Canut	8
do	Ste-Scholast., vil.	6
do	Ste-Scholast., par.	16
Dorchester... ..	St-Isidore	2
do	St-Léon	8
Drummond....	St-Germain de Gr.	1
do	Wickam East	1
Gaspé.....	Malbaie No 2	8
Hochelaga.....	Côte Ste-Antoine	1
do	N. D. des Neiges	1	4
do	St-Henri	5	9	10	8
do	St-Léon. P. Maur.	1
do	Ste-Cunégonde	1	2	3
do	Côte des Neiges	1
Huntington.....	St-Anicet	1

(a) nombre n'est pas indiqué.

Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province de Québec, pendant le mois de Décembre 1893. (Suite).

COMTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra	Variole	Typhus	Diph- térie.	Croup.	Scarla- tine.	Ty- phoïde.	Kou- geole.
Huntington....	Hemmingford Tsp.	15
Jacques-Cartier	St-Laurent, par.	2
do	Pointe Claire	4
Joliette.....	Ste-Elizabeth	4
do	St Félix de Valois	1
Kamouraska.....	Ste-Anne Pocatière	1
L'Assomption.....	Mascouche	2
Lévis.....	N. D. de la Victoire	3
do	St-Henri	2
Lotbinière.....	Vil. Deschailions	2
Mégantic.....	Inverness	4
do	Black Lake	1
Ottawa.....	Aylmer	3
do	Hull Ville	3
do	Hull Township	3
do	N.-D. de Bonsec.	4
do	St-André Avellin	1	2
do	Lochaber West.	8
Pontiac.....	Bristol	5	8
do	Sheen, Aberdeen,
do	Esher et Malakoff	3
Portneuf.....	Cap Santé	1
Québec.....	StColomban Sillery	1
Richelieu.....	St Aimé	10
Richmond....	Cleveland	2
Saguenay.....	Tadoussac	2
Shefford.....	Waterloo	1
do	Roxton Falls, vil.
Stanstead.....	Beebe Plain	1	3
do	Coaticooke	3
do	Magog Ville	3
do	Magog Township	8
St-Hyacinthe.....	St-Judes	2
St-Maurice.....	St-Barnabé	1
do	Trois-Riv., banlieu	1
Témiscouata ...	Fraserville	1
do	St-Arsène	6
Terrebonne..	Ste-Agathe	1
do	St-Jérôme Ville	2	1	5
Verchères.....	Contreccœur	3
Wolfe.....	St-Fortunat	1
Yamaska.....	St-Guillaume	x(a)
do	St-Zéphirin	1

(a) nombre n'est pas indiqué.

LES ÉTUVES A PURIFIER

Depuis longtemps on savait que l'emploi de la chaleur est le plus sûr moyen de détruire les germes des maladies contagieuses ; tout récemment, on a reconnu que la vapeur d'eau jouit de propriétés purifiantes bien supérieures à celle de la chaleur sèche, tout en détériorant moins les objets à son action soumis. Ainsi des germes nombreux — la résistance des germes est supérieure à celle des formes adultes — supportent pendant deux heures de la chaleur sèche à 150 degrés sans perdre toute vitalité, alors que nul n'échappe à la destruction complète sous l'influence de la vapeur d'eau sous pression à 115 degrés, prolongée pendant quinze ou vingt minutes au plus. C'est sur ce principe que reposent les étuves à désinfection, installées dans les lazarets, les principaux ports maritimes, les hôpitaux, et un grand nombre de villes.

Les unes sont fixes ; d'autres, montés sur roues, peuvent facilement être conduites partout où sévit l'épidémie.

Le local qui contient l'étuve à désinfection se compose d'une chambre close divisée en deux compartiments par une cloison pleine, afin d'isoler de façon complète la partie où sont déposés les objets infectés, de celle réservée aux objets épurés.

L'étuve est un gros cylindre en tôle de fer, horizontal, avec enveloppe extérieure isolante en bois. Il traverse la cloison séparant les deux parties de la chambre et se ferme hermétiquement à chaque extrémité par une porte en tôle dont l'une, qui sert à l'introduction des objets infectés, s'ouvre sous la partie réservée aux objets contaminés, et dont l'autre, qui sert à la sortie des objets épurés, donne sur le second compartiment.

Un conduit d'arrivée amène la vapeur du générateur dans l'intérieur de l'étuve, où elle s'échappe par des tuyaux présentant un certain nombre de trous.

Voici comment se manœuvre l'appareil : on introduit les objets, on ferme la porte d'entrée, et on donne accès à la vapeur dans l'enceinte de l'étuve. La vapeur, plus légère que l'air contenu à l'intérieur le refoule au fond du cylindre, d'où un robinet, momentanément ouvert, lui permet de sortir. On évite ainsi la production dans l'étuve d'un mélange d'air et de vapeur dont le pouvoir désinfectant est moindre que celui de la vapeur seule.

Quand l'air est expulsé, on règle la vapeur de manière à obte-

nir dans l'étuve la pression correspondante à la température qui doit y régner (environ 115 degrés). On maintient cette pression pendant cinq minutes environ, puis on ferme le robinet d'admission de la vapeur. Une condensation se produit alors, par suite un vide, et la dépression qui en résulte fait dégager les bulles d'air qui, sans cette précaution, resteraient emprisonnées dans les mailles des tissus, dans les brins de la laine des matelas, empêchant le contact de la vapeur avec toutes les parties des objets à désinfecter.

On rétablit ensuite l'arrivée de la vapeur, que l'on maintient pendant quinze minutes à la pression correspondante à 115 degrés. On l'arrête enfin, on entrebâille la porte de sortie de l'étuve, et le séchage s'effectue dans l'appareil même.

La purification est complète.

Le seul inconvénient sérieux de ce procédé serait la production, au contact de la vapeur au-dessus de 100 degrés, de taches indélébiles sur le linge souillé par des matières albumineuses colorées, comme le sang. On prévient ces taches en plongeant le linge maculé, avant de le mettre dans l'étuve, dans une solution de permanganate de potasse, qui décolore rapidement les taches sans altérer les tissus.

La voiture qui va prendre au domicile des particuliers les objets à purifier est hermétiquement close; son équipe empaquète les objets sur place, dans des enveloppes imperméables, les descend dans la voiture, qui les transporte au pavillon de désinfection. Immédiatement après la décharge des objets, on nettoie la voiture avec une solution de sublimé corrosif au millième, à l'aide de puissants pulvérisateurs, et les employés eux-mêmes se purifient, changent leurs vêtements de travail contre des vêtements propres avant de sortir de l'établissement. Ainsi que nous le disions le mois dernier, d'autres ouvriers d'équipes spéciales, rapportent les objets épurés à leurs propriétaires, dans des voitures qui n'ont jamais été souillées.

Toutes les précautions hygiéniques pour arrêter la propagation des maladies sont, ainsi, rigoureusement prises. Même, on n'omet point de brûler les rebuts provenant du nettoyage des chambres des malades, les objets de pansement, les poussières de l'étuve, dans un appareil spécial dont la disposition intérieure empêche

l'entraînement au dehors des fragments de chiffons enflammés.

Si rapide que soit cet aperçu, il suffit à montrer quels immenses services les étuves rendent à la santé publique. Et pourtant l'installation de ces appareils rencontra, au début, de la part des habitants voisins du lieu où ils fonctionnent, l'opposition que toujours l'ignorance fait à la science. Beaucoup s'imaginaient que la présence d'une étuve à désinfection allait précisément infecter leur quartier, en faire le réceptacle de tous les microbes d'une région infectée.

L'APPETIT

On a médité de la faim, pourquoi ? Sans doute parce qu'elle est restée à l'état sauvage. La faim, c'est encore les êtres s'entre dévorant, c'est la lutte dans l'ombre, avec ses audaces et ses lâchetés, nos exploitations rafflinées de l'animal parqué, engraisé, transformé pour satisfaire à nos appétits blasés ; chacun de nous enfin " porte sa mâchoire, l'arrêt de mort d'un autre édicté par la faim. "

Oui, la faim considérée sous cette forme nous fait rougir un peu de nous-mêmes et nous cacherions volontiers la côtelette saignante sous notre manteau de philosophe. C'est beau pourtant ! cette circulation incessante de la matière dans la forme. Trois ou quatre éléments : hydrogène, oxygène, azote, carbone, suffisent à cette chimie compliquée, à ces manifestations diverses de la vie, et je ne sache pas de preuve plus convaincante de l'âme que cette renouation des molécules corporelles, renouation si rapide que notre corps ne reste pas un jour le même, tandis que notre âme règne immobile, une, identique à elle-même.

La faim n'est donc que l'impérieux besoin de fournir sans cesse les éléments de cette transformation corporelle et comme tout besoin elle a des anomalies, des perversions, des arrêts.

La faim peut être exagérée, c'est la boulimie ; elle peut disparaître, c'est de l'anorexie ou l'inappétence ; pervertie, c'est le malacia ou pica. Quand elle n'est pas habituelle, comme dans les cas de bouline légendaire, la faim excessive peut répondre à un besoin réel, à l'instinct de réparation ; elle se montre dans la convalescence, après une longue abstinence, dans les intervalles de santé des maladies intermittentes chroniques, au début des maladies

anémiantes, comme le diabète, et parfois la tuberculose. La boulimie enfin peut être un des signes de certaines maladies d'estomac, des dyspepsies très douloureuses avec gastralgies n'excluent pas la faim canine.

Enfin, l'abus des épices, des vins généreux, le froid, la colère, la présence des vers, tout ce qui excite le système digestif peut causer cette congestion stomacale passagère à laquelle nous avons donné le nom de faim.

La boulimie est une cause puissante de réparation dans les maladies chroniques; dans les maladies de l'estomac, au contraire, elle devient un symptôme morbide qu'on fait disparaître par l'usage de l'eau chloroformée et de l'opium.

La perversion de l'appétit est plus singulière que la boulimie. Un estomac paradoxal, désirant avec une extraordinaire intensité des aliments bizarres, des substances inertes et souvent dégoûtantes, repoussant ce que ces congénères adorent tout cela semble exceptionnel et pourtant est commun.

La malacia est fréquent chez les enfants, les fillettes mal réglées, les femmes enceintes; cette perversion peut être habituelle, même chez les individus bien portants.

Les goûts les plus bizarres ont été observés, les malades mangent la craie, le plâtre, le charbon, la terre, les cendres, le sel, le poivre, le vinaigre; dans le genre sale: les excréments, les poux; dans le genre tragique, la chair humaine. Langius cite à ce propos une femme de Cologne qui, désirant manger de la chair humaine, tua son mari pour satisfaire à ce féroce appétit, en mangea la moitié et sala le reste pour prolonger son plaisir.

On a dit que les appétits prétendus dépravés n'était qu'une suggestion de l'instinct conservateur. Fornel rapporte qu'un homme était tourmenté depuis longtemps par la passion de manger de la chaux vive, il satisfait son désir et fut guéri.

On cite encore des enfants atteints de diarrhée; désirant avec ardeur des sardines salées et qui furent guéris par l'usage de cet aliment.

Des filles chlorotiques qui mangent avec avidité du charbon, de la craie, du vinaigre ne s'en trouvent pas trop mal.

Il ne faut jamais cependant satisfaire à cet appétit dépravé quand il porte sur des substances nuisibles ou dégoutantes. Pourquoi: l'estomac, dont le manque d'instinct est proverbial, serait-il

doné tout d'un coup d'exceptionnelles lumières. Ces désirs bizarres n'ont pour cause ordinaire qu'une imagination malade, à laquelle il faut résister.

L'inappétence ou anorexie est un symptôme bien plus commun encore que la boulimie et le malacia, c'est un symptôme qui lui aussi peut être imaginaire et ne pas correspondre à l'inaptitude de l'estomac à digérer, de l'organisme à assimiler. Dans la phtisie, la neurasthénie, la dyspepsie nerveuse, le malade est anorexique et si on le soumet malgré tout à la suralimentation, la digestion se fait bien et le poids du corps augmente.

L'anorexie est un phénomène qui se montre dans toutes les maladies aiguës, fébriles, microbiennes, l'inappétence devient alors une indication à laquelle il faut obéir; on doit suivre l'avis de la nature et faire observer la diète d'aliments solides, l'appétence pour les liquides n'étant pas ordinairement atteinte.

L'inappétence, qui n'appartient pas forcément à la maladie chronique, est un mauvais signe quand elle apparaît dans ce cas, c'est alors que l'estomac lui-même participe à la déchéance organique.

L'inappétence est un système commun à toutes les névroses: hypochondrie, hystérie, neurasthénie et c'est alors qu'il faut le moins lui obéir; le système nerveux détraqué ne sachant plus ce qu'il faut, ni à la machine qu'il gouverne, ni à lui-même. Ainsi le névrosé n'aime pas les aliments gras nécessaires pourtant au bon état du tissu nerveux.

Toutes les maladies de l'estomac: dyspepsie, gastrite, simple embarras stomacal sont, soit au début, soit au cours de leur évolution accompagnées d'inappétence.

Dans les premiers temps de la grossesse, on remarque de l'anorexie, anorexie qu'on explique par une sorte pléthore sanguine, la dépense ordinaire sanguine est supprimée et l'être en formation, minuscule encore, ne consomme pas l'équivalent de cette dépense.

Pour le même motif, les suppressions, les irrégularités de la menstruation, qu'elles viennent de chlorose ou de lésions utérines, provoquent généralement de l'inappétence.

Il nous reste enfin à examiner la grande classe des anorexies, dites non morbides, et qui n'ont d'autres causes que des manquements à l'hygiène physique, intellectuelle ou morale.

L'alimentation mal comprise, trop excitante, les boissons ou ali-

ments très chauds, l'abus des condiments, des liqueurs fortes, spécialement de l'absinthe, les repas sans heure fixe, la vie trop sédentaire, le manque d'exercice, les méditations profondes, la contention d'esprit, les émotions tristes, telles sont les causes habituelles d'anorexie, l'estomac refusant de se charger de matériaux qu'il ne peut élaborer quand les forces nerveuses sont distraites ailleurs.

On doit chercher à faire cesser l'anorexie en annulant les causes qui y ont donné naissance. Quand l'anorexie est due au manque d'exercice, on se livrera à des exercices de gymnastiques en plein air, au moins à la marche et seulement à la rigueur à la déclamation et à la lecture à haute voix.

Les frictions sèches, le massage, l'hydrothérapie, la course à pied, en vélocipède, tout ce qui active enfin la vitalité organique constitue d'excellents et inoffensifs apéritifs.

On combat en même temps l'inappétence par une hygiène alimentaire spéciale : des aliments froids, des viandes froides, des aliments semi liquides, pour enlever la fatigue même de la mastication ; comme boisson des vins riches en matière colorante, du champagne léger, des infusions faibles de café, de thé, ou de plantes aromatiques : camomille, sauge, petite centaurée, badiane. Trousseau conseillait la noix vomique sous forme de teinture de Baumé, pour secouer la paresse stomacale. Mais surtout pas de vomitifs, pas de purgatifs, pas de prétendus apéritifs et stomachiques : aloès sous forme d'élixir et de pilules, etc., tous ne font qu'aggraver le mal, après une courte et trompeuse remittance.

Le meilleur remède eucère, contre l'anorexie non morbide, c'est le repas réglé, le tube digestif, quelque soit son extrémité, est le plus maniaque des viscères, il aime à remplir ces fonctions, prendre ou rendre, à heure fixe et, comme dit Brillat Savarin, à l'heure ordinaire du repas, toutes les puissances digestives sont sous les armes et n'attendent plus que le commandement pour agir.

L'appétit qui se fait sentir à l'heure habituelle, disparaît quand l'heure est passée, l'estomac boude et recule devant la tâche ; sachons profiter au moins de cet appétit d'habitude. Si nous n'avons pas le bonheur d'en avoir un autre.

DR MARIE PIERRE.

HYGIÈNE DES VÊTEMENTS

In JOURNAL D'HYGIÈNE de Paris :

Les vêtements sont, à notre époque, une grande question ; question d'argent, car dans les modestes budgets, c'est un article fort chargé ; question sérieuse pour les mondains obligés de suivre la tyrannique Mode, qui parle en maître ; question importante pour l'hygiéniste qui prêche dans le désert et parle raison (ils sont toujours moroses ces gens-là !) lorsque le caprice et le luxe élèvent victorieusement leur voix prépondérante. Ceux-ci s'adressent à la coquette des unes et à l'orgueil des autres, c'est assez dire que les gens sérieux seront certainement battus.

Comme il faut toujours semer cependant, sans être sûr de récolter, nous aborderons encore aujourd'hui la question des vêtements, en analysant quelques travaux allemands très remarquables, I, et une étude du Dr Pommay sur l'imperméabilisation des vêtements, II.

Tout d'abord, rappelons la sage déclaration du Dr Hector George, dans une conférence sur ce sujet, à propos de la parure. Cette recherche, disait-il, nous n'avons pas l'intention de la proscrire, lorsque la santé n'en souffre pas. L'hygiène n'est pas une science farouche, et elle n'a jamais songé à condamner l'élégance du vêtement, lorsqu'elle n'y trouve pas d'infraction à ses lois.

En 1886, notre collaborateur, M. Roaxel, décrivait longuement dans ces colonnes l'origine du vêtement, qui ne répond pas à un besoin primordial de la nature humaine. Il a été longuement inconnu au genre humain et il l'est même encore dans certaines contrées pourtant très froides. La coutume de se vêtir a une origine psychologique ; elle ne dépend pas d'un besoin physique, mais esthétique ; elle n'a pas été adoptée pour se vêtir, mais bien pour s'orner. Nous en trouvons la première pierre chez les sauvages, qui adorent les bijoux, les colliers et ne portent pas autre chose. Les vêtements les plus reculés qu'on rencontre dans l'histoire sont des ornements sacerdotaux ; ce n'était donc pas pour se préserver des intempéries de l'air. Seulement, les parties couvertes sont devenues à la longue plus impressionnables.

I

La question des propriétés calorifiques des matières vestimentaires a été sérieusement étudiée dans les travaux de Pécelet, en France, de Forbes, en Angleterre, de Geigel et de Schuster, en Allemagne, pour ne citer que les principaux.

Ces derniers avaient formulé ainsi leur programme :

Les vêtements s'opposent-ils effectivement à la déperdition du calorique ? Cet effet, s'il existe, dépend-il de la matière elle-même du vêtement ou de son appropriation à nos usages pour les procédés industriels (nombre de couches, d'épaisseur, tissage, apprêts) ?

Schuster trouve qu'à épaisseur égale, les différents tissus ont un pouvoir conducteur sensiblement égal, excepté la soie. Autrefois, on admettait que cette conductibilité décroissait dans l'ordre suivant : chanvre, coton, soie, laine.

Un autre point à établir était le rapport entre la conductibilité des

matières vestimentaires et celle de l'air. Stefan avait admis que le coefficient de l'air est de $-0,0000558$, chiffre que Schuster accepte plutôt que celui donné par Pécllet et Forbes, qu'il considère comme trop élevé. Dans ces conditions, l'air aurait un pouvoir conducteur 9 fois inférieur à celui des matières vestimentaires.

Des recherches récentes résulte ce fait : que la nature de la matière première n'est rien, ou presque rien, dans les obstacles apportés par nos vêtements à la déperdition du calorique de l'organisme.

Nous répondrons donc négativement à la première question, et nous chercherons maintenant de quelle façon l'homme est arrivé à se protéger des variations de la température au moyen de vêtements dont la matière première présenterait, au point de vue de la conductibilité, une supériorité marquée sur l'air lui-même.

GEIGEL écrit : " Ce n'est pas dans le but d'économiser de la chaleur, et, par là, les matériaux de sa nutrition, que l'homme se couvre de vêtements, mais bien plutôt pour éviter la sensation de froid ou de chaud. Que le corps soit nu, ou vêtu, il n'en perd pas moins la même quantité de calorique ; mais, dans le premier cas, la déperdition se fait, la peau restant chaude et richement pourvue de sang ; dans le second, la peau étant froide et anémiée ; le désagrément qui résulte de ce dernier état, l'effet réflexe même produit sur les terminaisons nerveuses, la nécessité qu'il y a à ce que la peau, organe de sécrétion et réservoir d'une grande partie du sang, reste richement irriguée, sont les causes qui nous conduisent à nous couvrir. "

Pour SCHUSTER, si la matière première d'un vêtement ne nous offre pas, par elle-même, les secours que nous cherchons contre la déperdition du calorique, les procédés industriels et certaines dispositions spéciales remédient, en grande partie, à la trop bonne conductibilité des tissus.

Le premier élément à mettre en relief : c'est l'influence de l'air s'exerçant dans la trame même du tissu et entre ce dernier et la peau.

On savait depuis longtemps qu'à épaisseur égale les étoffes de lin laissent mieux passer la chaleur que les étoffes de coton ou de laine ; on savait aussi que plus un tissu était comprimé, plus il offrait de conditions avantageuses à la perte de calorique. C'est ce qu'on avait mis en évidence en observant le refroidissement d'un cylindre enveloppé d'une couche de ouate ; dès que la ouate est fortement comprimée, la dépense de chaleur augmente de 40 0/0. Une robe de chambre ouatée, un gilet de flanelle épais, sont plus chauds lorsqu'on les met pour la première fois qu'après qu'ils ont été portés quelque temps.

Au point de vue scientifique, Pettenkoffer avait déjà observé que les vêtements sont d'autant plus chauds qu'ils offrent à l'air ambiant une résistance moindre.

Mais l'explication fondamentale de ces constatations n'avait pas été donnée d'une façon précise. Il faut la chercher dans la différence de conductibilité entre l'air et les matières vestimentaires. L'air étant plus mauvais conducteur de la chaleur que la matière première du tissu, plus celui-ci contiendra d'air dans sa trame, et plus sa conductibilité sera diminuée, plus en un mot le vêtement sera chaud. On comprend dès lors que les vêtements de laine à tissu lâche et à mailles superposées soient de beaucoup les vêtements les plus chauds, mais

cela est dû à la texture même et non pas à la qualité propre du tissu. Il faut ajouter à cela le réchauffement lent et progressif de l'air interposé, au fur et à mesure que celui-ci se rapproche de la peau, réchauffement qui est d'autant plus marqué, suivant la conclusion de Schuster, que cet air a plus de points de contact avec le vêtement déjà chaud.

L'influence de l'air contenu dans les mailles du tissu n'est pas tout, il faut y joindre celle de l'air retenu à la surface du corps.

Une des conditions qui favorisent le refroidissement, est l'évaporation produite au niveau de la peau par le mouvement presque incessant de l'air. Si l'air devait rester immobile autour de nous, il serait, pour ainsi dire, notre meilleur vêtement, et, ce qui le prouve, c'est que les journées d'été à air calme nous apparaissent plus chaudes, et que les grands froids de l'hiver nous paraissent très supportables lorsqu'il n'y a aucun trouble de l'atmosphère. Ces conditions sont exceptionnelles et l'air est le plus souvent en mouvement autour de nous.

L'effet du vêtement appliqué sur notre corps est d'immobiliser l'air à la surface de la peau, de retenir par là l'évaporation dans ses limites normales et de nous entourer, par le fait, d'une enveloppe dont la conductibilité est moindre que les vêtements eux-mêmes, toutes conditions qui ne sont pas réalisées lorsque le corps est nu, ce que Geigel ne semble pas avoir suffisamment considéré.

Dans quelles proportions l'interposition d'une couche d'air met-elle obstacle au refroidissement ?

Des expériences de Krieger et de Schultzer il résulte que le pouvoir conducteur des vêtements se trouve considérablement diminué, lorsque ceux-ci ne sont pas appliqués directement sur la peau. On sait, d'ailleurs, que dans certain cas, un vêtement nous tiendra plus chaud s'il est ample que s'il est collant. Nous disons dans certains cas seulement, car ce raisonnement suppose que la couche d'air protectrice reste immobile ; or, le plus souvent, un vêtement ample et flottant favorise la circulation de l'air, et justement alors, il est employé pour faciliter la perte de calorique et l'évaporation.

L'air circule beaucoup plus facilement sur la surface lisse des tissus de coton, tandis que les tissus de laine ou de flanelle dont la texture est irrégulière le retiennent plus aisément à la surface du corps ; c'est pourquoi les chemises de laine sont plus chaudes, à épaisseur égale que les chemises de coton.

En résumé, d'après les tableaux publiés par Schuster, la nature de la matière première n'est rien, mais les vêtements fabriqués apportent une résistance marquée au passage de la chaleur. Cet obstacle vient de l'épaisseur du vêtement, de sa porosité à l'air et de sa plus ou moins grande adhérence à l'enveloppe cutanée.

Lorsque le corps en sueur et mouillé les vêtements, la conductibilité de ceux-ci augmente immédiatement, d'où le précepte hygiénique de faire usage de vêtements mauvais conducteurs (laine, par exemple) lorsqu'on doit se livrer à des exercices violents. (*A suivre*).

DR MARIUS ROLAND.

POURQUOI LES ENFANTS MANGENT TROP TOT

L'alimentation prématurée est la cause principale des maladies du premier âge, nous ne cessons de le répéter. Tout le monde le dit, et tout le monde à peu près pêche de ce côté.

Ce n'est pas de propos délibéré qu'on nourrit l'enfant avec des aliments qui ne conviennent pas à son âge, c'est par suite de laisser aller et d'une série de petites faiblesses.

Ainsi, la maman s'est mise à table pour déjeuner, la tasse est devant elle, la tartine à côté, et l'enfant, dont elle n'a pas voulu se séparer un instant, assis sur ses genoux. Tout à coup, sans réflexion, peut-être par espièglerie en voyant la figure épanouie du bébé, elle lui tend une cuillerée de son déjeuner, pour voir ce qu'il fera.

L'expérience la tentait et le diable aussi. L'enfant a sûrement avalé avec voracité ce qui lui était offert, et a paru content. L'entourage sait bientôt que le bébé a pris son chocolat ou son café au lait, et semble l'avoir trouvé bon. La journée se passe bien, l'enfant n'est pas malade. Le lendemain la maman recommence et donne un peu plus du déjeuner, qui passe encore. Alors elle continue, et augmente ; l'enfant se dégoûte du lait, il crie quand vient le chocolat de maman, il en exige, et elle cède. A partir de ce moment, la mauvaise habitude est prise, dont on se repentira trop tard. Parfois la faute en incombe au père. Rentré un peu tard, à l'heure du dîner seulement après une laborieuse journée consacrée aux affaires qu'a souvent traversée la figure de son enfant, il aspire après ses caresses, il veut l'embrasser, le choyer, et le fait alors placer à table à ses côtés. La mine épanouie et rose du bébé chasse de son esprit les soucis et le souvenir des figures fatiguées, maussades, affairées qu'il a vu tout le jour. Tout à coup aux lèvres carminées qui s'ouvrent telles qu'un frais bouton de rose, il tend un peu de mie de pain à peine tachée d'un soupçon de sauce, et chacun sourit. Les jours suivants il recommence. A la mie de pain presque pur succède plus de sauce que de pain, l'enfant y prend goût, devient exigeant, la famille cède ; et ainsi, petit à petit, l'alimentation prématurée fera une victime de plus.

C'est ainsi que presque toujours s'institue une alimentation absurde, non de partis pris mais par l'enchaînement des circonstances et des faiblesses. Voilà ce que j'apprends quand je suis appelé auprès d'un enfant atteint d'affection intestinale causée par l'alimentation prématurée. Tout nourrisson mis à table est forcément voué à une alimentation vicieuse.

Ailleurs ce sera un frère, une sœur, dont le bon petit cœur a fait partager le dessert avec bébé.

Si l'enfant est élevé par une nourrice, ces écarts dangereux se produisent à coup sûr, et bien plus tôt. Pour ne pas s'épuiser dans une longue nourriture, aussi pour suppléer un lait dont la quantité commence à diminuer alors qu'augmente l'appétit de l'enfant, la nourrice s'empresse de lui donner à sucer une croute de pain, à manger une madeleine achetée pendant la promenade, à l'insu des parents.

Si l'enfant ne goûtait pas d'autres aliments que ceux qui lui conviennent, il n'en désirerait point ; pas plus qu'il ne désire des truffes ou des huîtres avant de savoir qu'on les mange. Il faut donc lui laisser ignorer l'existence des aliments qui ne sont pas ceux de son âge, ne pas le mettre à la table de ses parents aussi longtemps que doit lui être interdit l'usage de leurs aliments.

Lorsque l'enfant a pris le sein ou le biberon, mangé sa bouillie ou son potage au lait, il faut le mettre dans son berceau, à dormir ou à jouer, mais non pas à la table de famille. Lorsqu'il commence à manger un peu de tout, il faut encore continuer à le faire déjeuner et dîner à part, pour ne pas être incité à lui donner des mets qui lui seraient nuisibles, tels que gâteaux, gibier, et fruits surtout. Pourquoi, du reste, le placer devant des choses qu'il ne peut manger, lui infliger le supplice de Tantale s'il en soupçonne le goût, lui faire naître tout au moins le désir d'y goûter.

J'étais appelé, il y a quelques jours, auprès d'un enfant de quinze mois, admis à table depuis peu de temps, qui avait avalé deux noisettes dont le père venait de briser les coques. Le pauvre enfant souffrait, il est superflu de le dire, de coliques horribles, et avait des convulsions. Les accidents de cette sorte sont innombrables.

Les parents répondent toujours qu'ils faisaient cependant bien attention et croyaient n'avoir rien à craindre ! Toutefois l'attention a faibli un instant, pendant une seconde peut-être, et des petites menottes avides ont profité de ce moment d'oubli, que n'avaient pas prévu les parents. C'est toujours ainsi qu'arrivent les accidents, les brûlures horribles, les chutes mortelles, et toutes les catastrophes qui accablent l'enfance.

J'ai soigné, pendant le mois d'août, un enfant de quatorze mois pour une grave inflammation intestinale, qui, pâle, mou, flasque, n'augmentait plus le poids et se perdait en diarrhée depuis longtemps. Il vivait exclusivement de chocolat. Vers son septième mois le petit bonhomme ayant un jour reçu de son frère quelques cuillerées de chocolat, y avait pris goût, et d'abord s'était contenté d'exiger sa ration chaque matin ; puis bientôt il ne voulut plus autre chose, ni lait, ni soupe... rien, et se mit dans des colères qui effrayèrent la mère et la firent céder. Ce mode d'alimentation due

à la faiblesse maternelle conduisait l'enfant à la mort très prochaine.

Combien ai-je connu de poupons qui se faisaient donner des cerises, des raisins, de la pomme ! Je crois avoir compté dans ce journal, il y a quelques années, la triste fin du fils d'un habile diplomate étranger, qui mourut d'avoir, un soir de fête en famille, mangé trois fraises. Appelé au milieu de la nuit avec deux professeurs de la Faculté, nous ne pûmes empêcher une terminaison fatale, dont la faiblesse incompréhensible du père était la cause. Si le bébé n'avait pas été placé à table du festin, ce serait probablement aujourd'hui un magnifique enfant.

Je voudrais que les mères se pénétrèrent bien de cette pensée, que tout enfant de moins de trois ans qu'on met à la table commune se trouve fatalement voué à l'alimentation prématurée, à ses tristes conséquences, à ses suites fatales.

Trois ans, c'est l'âge auquel on peut sans danger appréciable laisser manger aux enfants ce qu'ils voient sur la table, ce que prennent les personnes qui les entourent (*La Jeune Mère*).

STATISTIQUE VITALE DE 1893

Comté de Joliette

JOLIETTE

Population 4 500 habitants.

Naissances.....	174
Mariages.....	28
Sépultures.....	186

Mortalité : 41.33 par 1 000 habitants.

Excédant de la *mortalité* sur la natalité : 12.

ST-PAUL

Population 1 485 habitants.

Naissances.....	63
Mariages.....	9
Sépultures.....	55

Mortalité : 37.10 par 1 000 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 8.

ST-FÉLIX DE VALOIS

Population 2 844 habitants.

Naissances.....	87
Mariages.....	13
Sépultures.....	51

Mortalité : 17.91 par 1 000 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 36.

STE-ELIZABETH

Population 2 500 habitants.

Naissances.....	123
Mariages.....	12
Sépultures.....	93

Mortalité : 37.2 par 1 000 habitants.

ST-JEAN DE MATIA

Population 2 675 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 30.

Naissances.....	96
Mariages.....	17
Sépultures.....	58

Mortalité : 21.68 par 1 000 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 38.

ST-ALPHONSE

Population 1 122 habitants.

Naissances.....	38
Mariages.....	5
Sépultures.....	31

Mortalité : 27.62 par 1 000 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 7.

ST-THOMAS

Population 600 habitants.

Naissances.....	68
Mariages.....	13
Sépultures.....	51

Mortalité : 31.24 par 1 000 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 17.

STE-MÉLANIE

Population 1 243 habitants.

Naissances.....	60
Mariages.....	7
Sépultures.....	23

Mortalité : 16.89 par 1 000 habitants.

Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 37.

ST-COME

Population 800 habitants.

Naissances.....	44
Mariages.....	6
Sépultures.....	15

Mortalité : 18.70 par 1 000 habitants.
Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 8.

STE-ÉMÉLIE DE L'ÉNERGIE

Population 939 habitants.

Naissances.....	52
Mariages.....	11
Sépultures.....	21

Mortalité : 21.28 par 1 000 habitants.
Excédant de la *natalité* sur la mortalité : 31.

Population totale : 19708 habitants.

Naissances : 802.

Décès : 584.

Augmentation : 218.

Mortalité : 29.93 par 1 000 habitants.

CONSEILS POUR TOUS

On peut dire que les neuf dixièmes des enfants nouveau-nés succombent à des troubles de la digestion. Non seulement ils sont frappés par des accidents locaux, c'est-à-dire par de la diarrhée, des vomissements, ayant pour conséquence un amaigrissement progressif et l'impuissance même de se nourrir, les rendant extrêmement vulnérables à toutes les causes de maladies, mais encore par le fait même du mauvais état de leur voie digestive, devenue une fabrique de produits infectieux ; ils succombent à des empoisonnements secondaires. C'est surtout dans la période de l'allaitement et du sevrage que ces accidents sont fréquents. Tantôt les enfants allaités artificiellement et sans méthode, ont le tube digestif infecté, tantôt la mère, d'une santé délicate, ou épuisée par des maternités successives, ne peut offrir à son nourrisson qu'un lait insuffisant.

*
* * *

L'opération de la cataracte offre si peu de danger et tant de chances de réussite que nous la recommandons toujours. Il importe, par exemple, que la cataracte soit mûre, ce qui se présente

lorsqu'on ne voit plus qu'à peine de l'œil atteint. Avec des verres appropriés, la vue peut de nouveau être bonne.

*
* *

La calvitie est causée par une exfoliateur du cuir chevelu. Tenir la tête extrêmement propre c'est la première condition pour conserver ses cheveux. Une fois par semaine, il est bon de se nettoyer la tête avec un blanc d'œuf. Pour empêcher les cheveux de tomber, il est avantageux de se servir de la brosse électrique. La lotion suivante est très bonne : quinine 12 grammes, chlorure de sodium ou de sel de table commun une cuillerée à café, 240 grammes de rhum, 240 grammes d'eau de pluie.

On peut parfumer à volonté avec de l'essence de rose. Appliquez le soir en frottant avec le bout des doigts.

*
* *

Si vous mastiquez imparfaitement, vos dents s'altéreront. Pour que les dents restent saines, il faut que l'alimentation soit bonne et la mastication suffisante. L'émail des dents se compose principalement de chaux et est très dur ; les boissons chaudes ou froides peuvent l'altérer et tous les acides le corrodent ou l'amollissent, quelquefois même au point de détruire la dent. Il est nécessaire de nettoyer les dents deux fois par jour ; le mieux est de le faire après déjeuner et après dîner, parce qu'alors on peut déloger facilement les substances étrangères et que les interstices des dents peuvent être pénétrés par les brosses, qui doivent être au nombre de deux, la brosse de soie de porc pour nettoyer et la brosse de gomme élastique pour polir.

Prenez d'abord une brosse de soie avec une poudre antiseptique (du charbon par exemple), et brossez bien les dents ; prenez ensuite la brosse de gomme et de l'eau froide et brossez légèrement et brusquement. Les dents deviennent polies comme de l'ivoire et l'haleine s'adoucit.

*
* *

Méfiez-vous des noix muscades ; elles renferment un poison très dangereux, si on en mange une certaine quantité, et elles ont quelquefois causé la mort d'enfants, et même de grandes personnes. On pourrait demander les mêmes précautions pour presque tous

les assaisonnements, mais si l'on abuse du poivre, du piment, etc, ils ont un goût si détestable que le consommateur est averti avant qu'il ait eu le temps de se faire un mal sérieux. Tel n'est pas le cas avec la noix muscade qu'on peut consommer, sans s'en apercevoir, en quantités suffisantes pour produire des conséquences fatales. Ce qu'il y a de surprenant, c'est que les accidents ne soient pas plus communs.

. * *

Il est très important pour une femme de faire en sorte qu'elle et sa maison soient toujours présentables, c'est-à-dire qu'il n'y ait dans les toilettes et dans le logis ni désordre, ni malpropreté, ni confusion.

* *

La grande nouveauté de la saison est en Angleterre, un tissu, invraisemblable et cependant réel. C'est une matière faite de verre filé et qui est aussi brillante et aussi souple que la soie, avec un éclat rappelant celui de la poussière de diamant. On peut obtenir ce tissu soit blanc, vert, lilas, rouge ou jaune. C'est un Autrichien qui l'a inventé. On en fait aussi des nappes, des serviettes et des rideaux de fenêtres.

* *

Lire avec excès affecte plus l'intelligence que la gourmandise ne nuit au corps.

Nous avons connu des gens qui étaient de vivantes encyclopédies, mais qui n'avaient pas une idée qui leur fût propre. Ils avaient empaqueté sous leur crâne les connaissances qu'ils possédaient de la même manière que le dentiste empaquette les feuilles d'or dans les dents de ses malades. Digérez votre science, à mesure que vous l'acquérez et vous aurez un bon appétit intellectuel et un grand pouvoir d'assimilation.

* *

Buvez beaucoup de lait de beurre et mangez force oignons cuits, à l'étuvée ou bouillis — mais non frits — et vous vivrez longtemps.

*
* *

C'est une erreur de penser qu'il est bon de manger au moment où l'on va se mettre au lit. On ne peut en même temps bien digérer et bien dormir. On doit se coucher l'estomac vide. Si l'estomac vous ronge, de façon que vous ne puissiez dormir, c'est que vous avez l'estomac fatigué, il ne faut pas alors le surcharger d'aliments. L'habitude de manger peu de temps avant de se coucher est le moyen presque certain de donner de mauvais rêves ou même des cauchemar aux adultes et des terreurs aux enfants.

*
* *

Les battements du cœur humain représentent pour les 24 heures une force capable de soulever 120 livres.

On a calculé que la croissance moyenne d'un ongle est 1,32e de pouce par semaine.

Il y a quatre classes de personnes qui ne doivent pas boire de grandes quantités d'eau chaudes : 1. les gens atteints d'affections du cœur, l'eau chaude donne des palpitations ; 2. les personnes qui ont l'estomac dilaté ; 3. les personnes qui ont de l'acidité d'estomac ; 4. les personnes qui ont des maux d'estomac et pour lesquels une pression légère est douloureuse. Cela ne concerne pas ceux qui boivent de l'eau chaude, simplement pour étancher leur soif, mais ceux qui s'en servent comme moyen de se balayer l'estomac. L'eau chaude étanche la soif mieux que l'eau froide, mais c'est un excitant, et on doit l'éviter dans les cas d'irritation d'estomac.

BULLETIN BIBLIOGRAPHIQUE

LE MÉDECIN DE LA FAMILLE.—*Encyclopédie de médecine et d'hygiène* — par des professeurs, praticiens et spécialistes distingués. Ouvrage illustré, 1 vol. in-8° de 1250 pages, 1893.

Ce livre est une heureuse compilation de travaux importants sur l'anatomie et la physiologie de l'homme, sur l'hygiène, sur les maladies qui affligent l'espèce humaine et leurs traitements, sur les microbes, sur les poisons et les contre-poisons, sur les plantes médicales et sur l'administration des médicaments.

Le plan de cet ouvrage a été conçu de telle façon que la lecture en est facile aussi bien pour ceux qui sont familiarisés avec la science médicale, que pour ceux qui en sont complètement étrangers.

L'ensemble de l'ouvrage constitue un beau et utile volume qui a sa place désigné d'avance dans la bibliothèque du médecin, de l'étudiant en médecine. Le prêtre à qui sa mission impose d'assister l'homme malade trouvera dans ce livre des connaissances très utiles dans l'accomplissement de son apostolat.

Il n'est pas moins utile de noter ici que le savant peut aussi y puiser des connaissances médicales propres à lui faire mieux comprendre la difficile mission du médecin dans l'art de guérir, et le grand danger du charlatanisme dans la société.

Les étudiants en médecine, encore peu au courant des mots techniques que renferme leur science, y trouveront un aide utile pour l'intelligence de leurs auteurs.

L'exécution du livre est très bien réussie. Les travaux typographiques, ceux des artistes-graveurs et ceux des relieurs sont admirablement bien faits.

Les auteurs, parmi lesquels figurent des médecins français, canadiens français (S. LACHAPPELLE et L. E. FORTIER, professeurs à l'Université Laval de Montréal), et américains, ont droit à toutes nos félicitations pour les matières qui y sont traitées et la manière dont ils les ont traitées.

Nous recommandons donc ce livre aux médecins, aux étudiants en médecine, aux prêtres et aux savants.

Nous souhaitons à ce livre tout le succès qu'il mérite.

LE REMEDE DU
PERE MATHIEU !



*Tran affettuosamente
Thibault 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, avant 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 & FRERE

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.

MALADIES DE L'ESTOMAC

L'ANTIGASTRALGIQUE WINCKLER est le remède le plus efficace connu contre les Douleurs et Crampes d'Estomac, les Digestions difficiles, les gastralgies, Castrites, Dyspepsies, Vomissements, après les repas et pendant la Grossesse.

Ce produit d'un goût agréable, dosé pour adultes, expérimenté avec succès dans les hôpitaux de Paris, se prend à dose de une à deux cuillerées à bouche généralement $\frac{1}{4}$ d'heure avant le repas ou au début des crises.

WINCKLER, MONTREUIL (Seine) près Paris.

Montreal: ARTHUR DECARY, Pharmacien,

COIN DES RUES ST-DENIS ET STE-CATHERINE.

EMULSION CREOSOTEE "CARRIERE"

d'Huile de Foie de Morne 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    "    Mercks.....        | 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.   |                             |

*Echantillons fournis sur demande.*

### PHARMACIE CARRIERE.

1341, RUE STE-CATHERINE, - - - MONTRÉAL

ENCYCLOPEDIE D'HYGIÈNE ET DE MEDICINE PUBLIQUE. *Directeur : Dr JULES ROCHARD. Libraires-Editeurs : L. BATAILLE et Cie., Place de l'Ecole 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 31 sont en vente.*

|                                                 |           |
|-------------------------------------------------|-----------|
| Prix de chaque fascicules (1 à 31).....         | 3 fr. 50  |
| Prix du fascicule 11.....                       | 2 fr. 50  |
| Prix du fascicule 22.....                       | 3 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).

# PHARMACIE DECARY

Ouverte tous les jours de l'année, la nuit et le jour.

## 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.

### ◀ SPERMINE + CÉRÉBRINE ▶

seul préparateur au Canada des injections séquardiennes faites d'après la formule du Dr BROWN-SEQUARD, de la Faculté de Paris.

## DEPOT POUR LE CANADA

du **Toenifuge Français** du Dr E. DUHOUREAU, exclusivement végétal, sans mercure, à l'extrait chloroforme-huileux de fougère mâle des Pyrénées, agissant seul et sans purgatif. Dose maxima pour adultes ; Douze capsules à prendre le matin à jeûn, en 15 ou 20 minutes avec un liquide quelconque sans préparation préalable. Expulsion assurée ; innocuité absolue.

## VIN BRAVAIS ✕ ELIXIR BRAVAIS

### LES PLUS PUISSANTS ET LES PLUS AGRÉABLES DES TONIQUES ET RECONSTITUANTS,

aux principes actifs de la **Coca**, de la **Kola**, du **Cacao** et du **Guarana** réunis. Expérimentés dans les hôpitaux et recommandés par les plus grands médecins de Paris.

*Anémie, Rachitisme, Débilité, Maladies Nerveuses.*

Agent général pour le Canada :

**ARTHUR DECARY, Pharmacien-Chimiste,**

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

☞ *Pharmacie ouverte toute la nuit.* 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,—“ Je suis trois mois, j'ai souffert 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. BARIDON, Pharmacien,**

**1703, Rue Ste-Catherine.**

SEUL AGENT POUR LE CANADA.