

et des règles de l'hygiène. Quant à l'art d'obtenir des améliorations dans l'espèce humaine, et à celui d'obtenir des hommes d'une beauté spéciale, c'est une étude à part, comme celle qui dans l'économie agricole consiste à obtenir des animaux d'une beauté de formes, d'une taille et d'une force remarquables; je ne dois donc pas m'en occuper.

L'hygiène est divisée en quatre parties :

- 1° l'histoire de l'hygiène ;
- 2° le sujet de l'hygiène ;
- 3° la matière de l'hygiène ;
- 4° les règles de l'hygiène.

L'histoire de l'hygiène sera laissée de côté, parce qu'elle appartient plus à l'hygiène publique qu'à l'hygiène individuelle : je ne traiterai donc que les trois dernières questions.

Le sujet de l'hygiène est l'homme sain, considéré sous le rapport de l'individu même et sous le rapport des relations de l'individu avec ses semblables et les objets environnants. Ce sont ces deux rapports qui constituent l'hygiène individuelle.

Ces deux points de l'étude de l'homme ne peuvent être séparés, parce que l'homme, né pour vivre en société, ne peut être considéré sous le point de vue de l'isolement. Il ne peut vivre seul avec la compagne qu'il aurait choisie. Les besoins que la nature lui a imposés le forcent d'avoir des relations continues avec ses semblables : autrement il resterait exposé à des nécessités qui le feraient périr, par suite des souffrances et des privations qu'il éprouverait. Si nous le considérons sous un autre point de vue, nous ferions des suppositions inadmissibles. Dans tous les temps, dans tous les pays, on a constamment trouvé les hommes réunis et soumis à des habitudes, à des coutumes et à des lois qui réglaient la conduite de chaque individu et qui faisaient punir ou expulser celui qui ne voulait pas les suivre. Si quelquefois on a rencontré des êtres vivant isolément dans des lieux écartés, et à l'instar des animaux, leur conduite était le résultat de leur expulsion de la société ou d'un dérangement de leurs facultés intellectuelles.

L'homme doit donc être étudié comme soumis à des lois d'existence propres à l'individu, et comme soumis à des lois d'existence communes à tous les individus.

Les lois d'existence propres à chaque individu sont dans l'individu

même : elles tiennent à sa nature. Ce sont elles qui différencient un homme d'un autre ; elles appartiennent au sexe, à l'âge, à la constitution, au tempérament, à l'idiosyncrasie, à l'habitude.

Les lois d'existence communes à tous les individus sont hors de l'individu. Elles dépendent des objets environnants. Elles constituent la matière et les règles de l'hygiène.

## CHAPITRE PREMIER.

### Lois d'existence propres à chaque individu.

#### ARTICLE PREMIER.

##### *Du sexe et de l'âge.*

Tout ce qui a rapport au sexe et à l'âge comprend l'histoire naturelle de l'homme, et doit être traité en même temps pour éviter des répétitions.

Le sexe établit des différences entre l'homme et la femme, à cause des modifications temporaires qui, survenant dans la santé de la femme aux époques de la menstruation, de la grossesse et de l'allaitement, exigent des modifications hygiéniques qui ne sont pas nécessaires chez l'homme. Avant et après ces époques, les règles de l'hygiène sont les mêmes pour les deux sexes.

La vie de l'homme doit être divisée en quatre âges ou périodes. La première période, ou l'*enfance*, comprend l'espace de temps qui s'écoule depuis le moment de la naissance jusqu'à la puberté. Elle a été divisée par les anciens médecins en deux époques, *infantia* et *pueritia*, mots que nous avons traduits par ceux de première et deuxième enfance, termes qui ne rendent pas exactement l'expression latine. *Infantia* est l'époque pendant laquelle l'enfant ne parle pas ; *pueritia* est celle qui commence au moment où l'enfant parle bien, et s'étend jusqu'à la puberté.

La deuxième période, ou la *puberté*, s'annonce, chez l'homme, par

la sécrétion du sperme; chez la femme, par la menstruation. Elle commence à des âges variables, selon les climats et la santé des individus. Plus précoce dans la zone torride et la zone glaciale, elle se manifeste entre neuf et douze ans : tandis que, dans les pays tempérés, elle apparaît entre douze et quinze ans. On observe partout que la femme est pubère avant l'homme. Si l'époque à laquelle commence la puberté est à peu près fixée, il n'en est pas de même de celle à laquelle elle finit : nécessairement elle finira plus tôt pour la femme que pour l'homme, puisqu'elle a commencé plus tôt chez la première. En admettant un rapport égal entre sa cessation et son apparition dans les deux sexes, nous dirons que chez la femme elle finit vers vingt et un ans, et chez l'homme vers vingt-quatre ans. Les anciens, qui, dans leur ordre social, attachaient beaucoup plus d'importance que nous aux distinctions d'âge, avaient divisé la puberté en deux époques, *adulescentia* et *juventus*, l'adolescence et la jeunesse. La première, ou le commencement de la puberté, s'annonce par le développement des organes génitaux, de la stature et du caractère, et la seconde, ou la jeunesse, par la consistance que prend ce développement : de sorte que l'on pourrait dire que dans la jeunesse l'adolescence se fortifie.

La troisième période, ou l'*âge adulte*, est cette époque de la vie où le corps, parvenu à son entier accroissement, paraît rester dans un état de force stationnaire pendant un temps plus ou moins long, en raison de la santé de chaque individu. Dans cette période, les facultés physiques et intellectuelles jouissent de toute leur intégrité : aussi les anciens la désignaient-ils sous le nom de *maturitas*, maturité. Elle a été divisée en maturité croissante, maturité confirmée, et maturité décroissante. La fin de l'âge adulte a été fixée à cinquante ans pour la femme, et à soixante ans pour l'homme. La longueur de cette période explique bien comment on l'a partagée en plusieurs époques. Il n'est pas possible, en effet, que, pendant un si long intervalle de temps, l'homme puisse être dans un état de santé qui soit constamment le même ; et cependant nous ne pouvons indiquer d'une manière approximative les âges qui marquent ces époques, parce que, si nous voulions prendre un exemple, nous en aurions de suite un autre qui viendrait nous contredire.

La quatrième période, ou la *vieillesse*, est une époque bien difficile à déterminer. Pour être conséquent avec notre division, nous devrions prendre le moment où la faculté génératrice cesse : nous aurions, en

effet, de cette manière un âge précis ; mais il n'est pas possible de nous baser sur la perte des fonctions génératrices pour désigner la vieillesse, comme nous nous sommes basés sur leur apparition pour désigner la puberté. Si la cessation de la menstruation, en rendant la femme impropre à la génération, lui donne une caractère spécial, elle ne lui imprime pas celui de la vieillesse. Ni l'âge réel de la femme, ni les changements physiques qui s'opèrent en elle, ne nous permettent de lui donner cette qualification. Si un phénomène analogue se passait chez l'homme, on pourrait peut-être encore donner une dénomination commune aux individus des deux sexes privés des fonctions génératrices ; mais rien chez lui n'indique cette privation. Jouissant jusqu'aux dernières années de sa vie de la sécrétion du sperme, il possède toujours la faculté d'engendrer. Il faudrait, pour qu'il y eût entre lui et la femme une analogie, qu'il fût privé de la sécrétion spermatique comme elle est privée de l'évacuation menstruelle ; il faudrait qu'il revint à cet état qui précédait la puberté, comme la femme y est revenue. Ne pouvant donc prendre pour les deux sexes un âge réellement fixé par la nature, nous sommes forcés de choisir une époque en quelque sorte factice pour établir l'âge auquel commence la période de la vieillesse. Je crois qu'en général on peut fixer la vieillesse à soixante ans pour l'homme, et à cinquante ans pour la femme. Des exceptions peuvent faire avancer ou reculer cette époque : elles sont trop rares pour que nous nous y arrétions ; d'ailleurs elles n'infirmeraient aucunement la règle que nous établissons.

La vieillesse en se prolongeant nous mène à la décrépitude. Des phénomènes nouveaux, et contraires en tous points à ceux que nous avons observés dans les autres périodes de la vie, caractérisent cette époque. L'homme, que nous avons vu successivement se développer, et parvenir à un état stationnaire, revient en quelque sorte sur lui-même pendant la décrépitude. J'indiquerai plus tard tous les phénomènes de cette époque.

Après cet exposé succinct des âges de la vie, je vais suivre l'homme depuis le moment où la conception le fait sortir du néant, jusqu'à celui où la mort l'y plonge de nouveau.

L'homme est à peine formé dans l'utérus qu'il est déjà soumis aux lois de l'hygiène. Dépendant uniquement de sa mère, il subit les mêmes influences : comme elle, il est malade, si elle est attaquée d'un trouble grave dans ses fonctions ; comme elle, il est affecté des ma-

ladies contagieuses qu'elle contracte : aussi la femme doit-elle prendre, dès qu'elle est enceinte, des précautions qu'elle peut négliger dans l'état ordinaire. Bien plus, le fœtus est exposé à des maladies indépendantes de la mère ; mais il est difficile de dire si l'observation des lois de l'hygiène pourrait les prévenir : il faudrait pour cela suivre la femme pendant sa grossesse ; il faudrait pouvoir reconnaître le moment où la maladie du fœtus survient. Malgré la dépendance où il se trouve relativement à sa mère, nous ne pouvons nier que le fœtus a une vie propre, et qu'il peut, dans les mouvements qu'il exécute, faire naître quelques-unes des affections qu'il présente au moment de sa naissance. Sa position dans l'utérus est-elle quelquefois la cause des anomalies qu'on observe dans sa conformation ? En admettant cette supposition, nous voyons cependant que l'hygiène ne pourrait en rien s'opposer à ces diverses affections, puisqu'il n'est pas possible de faire une application de ses lois.

Mais dès qu'il est sorti de l'utérus, l'enfant, le plus faible des animaux au moment de leur naissance, exige des soins hygiéniques de la plus grande importance. Privé d'une enveloppe protectrice du contact de l'air et conservatrice de la chaleur, il a besoin d'être immédiatement couvert. Incapable de marcher pour aller chercher sa nourriture, il faut que sa mère le prenne dans ses bras pour l'approcher de sa mamelle. Chez l'animal, la mère coupe et mâche avec ses dents le cordon ombilical, et elle s'oppose ainsi à la sortie du sang : chez l'homme, il faut couper le cordon et le lier ; autrement il pourrait y avoir une perte de sang qui compromettrait les jours de l'enfant, malgré la nouvelle circulation qui s'établit, et quoique des exemples prouvent qu'elle peut empêcher cet écoulement. Les femelles des animaux lèchent leurs petits pour enlever l'enduit onctueux qui les recouvre : il faut laver l'enfant, il faut le plonger dans une eau d'une température égale à celle de la surface de son corps, dans la crainte de voir survenir des accidents. Je sais bien que quelques peuples ont l'habitude de plonger leurs enfants dans un liquide froid ; quelques-uns même dans la neige. Cette coutume, qui fait l'admiration de certaines personnes, et qui leur fait penser que c'est un moyen d'avoir des enfants vigoureux, est plus funeste aux malheureux êtres qui y sont soumis qu'elle ne leur est utile ; souvent même elle occasionne des accidents mortels que l'enthousiasme cache pour nous montrer les heureux résultats. Quand l'enfant est débarrassé de cet enduit, il faut l'envelopper

de linges épais, chauds, pour le préserver du froid extérieur et remplacer le duvet des petits animaux ; et non-seulement il faut le couvrir de vêtements, mais encore il faut l'entourer de rideaux, afin qu'il ne respire pas un air trop vif ou trop souvent renouvelé, qui ne serait pas en rapport avec la chaleur qu'il avait dans l'utérus. Ces précautions, importantes pour l'enfant né à terme, le sont bien plus pour celui né avant l'époque fixée par la nature : elles peuvent conserver la vie d'enfants nés au sixième mois et même avant. L'histoire de l'art nous en fournit plusieurs exemples. On connaît généralement l'histoire de Fortunio Liceto ou Liceti, savant du xvi<sup>e</sup> siècle : il naquit dans le cinquième mois de la grossesse de sa mère, dont l'accouchement fut avancé par l'agitation qu'elle éprouva dans la traversée de Recco à Rapallo, dans les États de Gènes. Son père, qui était médecin, lui conserva la vie en le tenant enveloppé de coton et de langes très-doux, dans un air chargé d'un peu d'humidité vaporeuse et dont la température était à peu près égale à celle du corps humain. Ces soins continués jusqu'au delà du septième mois de la conception lui donnèrent une santé telle que, malgré les travaux auxquels il se livra, Liceti vécut soixante-dix-neuf ans, étant né en 1577, et mort en 1656.

Brouzet, dans son *Essai sur l'éducation médicale des enfants*, rapporte qu'en 1748, au bourg de Marseillan en Languedoc, une femme accoucha d'un enfant mâle, six mois précis après un autre accouchement. Il était aussi petit et aussi faible qu'un avorton du même âge ; il avait les yeux fermés, les membres absolument flasques et pendants : ce ne fut qu'à quelques légers mouvements, et à sa chaleur qui se soutint, qu'il fut déclaré vivant. On l'enveloppa dans des linges très-fins ; on le tint très-chaudement ; on essaya de lui faire avaler quelques gouttes de lait tiède et on y réussit. Sa mère le fit vivre ainsi pendant quatre mois. Il ne rendit aucun excrément, il ne poussa aucune plainte, et il ne fit que des mouvements presque insensibles pendant ce temps ; mais au bout de ces quatre mois exactement révolus, il commença à crier, à rendre des excréments, à se remuer, à teter, et à croître à la façon des enfants nés à terme, de sorte qu'à l'âge de quinze à seize mois il était plus fort que les autres enfants de son âge. Le laitage, dont il avait été nourri quatre mois de plus que les autres enfants, à la place de la liqueur dont il aurait été nourri dans le ventre de sa mère, l'avait peut-être rendu plus robuste. Ce qu'il y

a de singulier dans cette observation, dit Brouzet en terminant, c'est que l'enfant ait vécu à la façon des fœtus, *ad vitam fœtus*, pendant le temps qui lui manquait pour parvenir à l'état d'une maturité parfaite.

De pareils faits prouveraient sans réplique l'importance des soins qu'il faut donner aux enfants au moment de leur naissance, surtout quand ils sont faibles, si déjà l'expérience journalière n'avait démontré cette importance. Mais la mode, cette création de l'oisiveté des peuples civilisés, et la nécessité, cette loi tyrannique de la faiblesse et de la misère humaines, ont fait varier les vêtements des enfants nouveaux-nés dans les pays où la chaleur ne permet pas de les laisser nus.

C'est ainsi que nous avons vu, à une époque peu éloignée de la nôtre, les enfants nouveaux-nés enveloppés de linges et de bandes qui fixaient les membres contre le corps et les privaient de tout mouvement. C'est ainsi que nous voyons encore dans les campagnes les mères-nourrices et les nourrices mercenaires, qui sont obligées d'aller travailler aux champs, envelopper les enfants de linges serrés à un point tel que ces pauvres créatures ne peuvent remuer, et passent une partie de la journée couchées immobiles dans un berceau ou accrochées à un mur. Heureusement que ces usages se perdent insensiblement, et qu'aujourd'hui, dans les villes et dans un grand nombre de localités, l'emploi des linges peu serrés a prévalu, moins peut-être d'après l'avis des médecins que d'après les conseils des philosophes. L'homme de l'art doit rejeter l'emploi de tous les moyens compressifs, parce que la compression qu'ils exercent s'oppose au libre exercice des fonctions respiratoires et musculaires. L'enfant doit, dans nos climats, être revêtu d'une brassière, ou petit corsage peu serré qui descend jusqu'au bas de la poitrine. L'abdomen et les membres inférieurs sont enveloppés de linges de toile ou de coton, et de linges qui sont repliés sur les pieds afin de les préserver du froid. Dans l'été, on peut laisser ces linges ouverts afin que l'enfant soit plus libre. Dans les climats chauds, l'enfant sera moins couvert; dans les pays froids, il le sera plus, mais jamais il ne sera comprimé par ses vêtements.

Il est nécessaire, il est obligatoire de soumettre l'enfant nouveau-né à deux explorations: l'une est celle de la bouche; l'autre est celle de l'anus. La bouche est ordinairement remplie de mucosités, qu'il faut retirer, et qu'on est quelquefois obligé d'aller chercher avec le doigt jusqu'à la gorge. L'anus peut être imperforé, le rectum même peut ne pas exister; et il faut s'assurer de ces deux points, car l'enfant doit,

sous peine de la vie, rendre le méconium, et plus tard les matières fécales. Je ne crois pas devoir entrer plus avant dans le détail des soins hygiéniques de tous genres que réclame l'enfant au moment de sa naissance: une pareille digression m'éloignerait trop de mon sujet; mais je m'appesantirai sur deux points souvent trop négligés, la nourriture et l'habitation.

La nourriture de l'enfant nouveau-né est le lait de sa mère, et lui seul devrait le nourrir jusqu'au moment où les dents sorties de leurs alvéoles permettent de broyer les aliments. Mais cette loi de la nature, qui paraît si simple, ne peut être suivie dans une foule de cas. Tantôt l'allaitement maternel n'a pas lieu, soit parce que la mère est trop faible pour avoir du lait, soit parce que la sécrétion du lait n'est pas en rapport avec les besoins de l'enfant, soit, enfin, parce que les relations sociales ou les plaisirs du monde veulent qu'une mère charge une femme mercenaire du soin de nourrir son enfant. Tantôt une coutume du pays fait élever au biberon tous les enfants, alors même que la mère pourrait allaiter. Trop souvent, malheureusement, une nourrice devient nécessaire, parce que la naissance de l'enfant coûte la vie à sa mère. Dans d'autres circonstances, une maladie de la mamelle vient suspendre l'allaitement. Mais si des événements fâcheux s'opposent à l'allaitement maternel, nous ne devons pas moins conclure qu'il est le meilleur. Le lait approprié à l'âge de l'enfant est préférable au lait de la femme accouchée depuis longtemps, et surtout à celui d'un animal, qui, nourri de manière à en fournir la plus grande quantité possible, donne nécessairement un lait trop substantiel. Qu'on ne vienne pas m'objecter que cela est heureux pour l'enfant, puisqu'on lui donne une nourriture meilleure que celle qu'il tirerait de sa mère ou de sa nourrice. L'estomac de l'enfant a une vertu digestive qui ne lui permet pas de digérer un aliment trop fort: nous n'en avons eu que de trop frappants exemples dans ce qui se passait à l'hospice des Enfants trouvés. La mortalité suite de l'allaitement au biberon a été telle que l'administration bienveillante qui régit cet hôpital a été obligée d'y renoncer. Les essais qu'elle a fait faire aux environs de Vendôme, pays où l'allaitement au biberon est ordinaire, ont été aussi infructueux. Quelques personnes ont pensé que, lorsqu'une nourrice a beaucoup de lait, on pouvait lui confier deux enfants, et qu'en leur donnant une nourriture artificielle, légère et peu abondante, en même temps que le lait de la femme, on arriverait à de plus heureux résultats. Les essais

n'ont pas été assez nombreux pour qu'on pût en tirer une conclusion. Quoi qu'il en soit, je ne saurais trop déplorer ces doubles allaitements, et ces allaitements au biberon. Ils sont la cause des altérations de la santé, si communes dans le bas âge; ils sont la cause fréquente des scrofules, du rachitisme, de l'engorgement des ganglions lymphatiques du mésentère, et plus tard peut-être de cette horrible maladie qui décime la société et plonge tant de familles dans le deuil, la maladie tuberculeuse. Ne pensez pas que je préfère la coutume de certaines mères qui, n'ayant pas une quantité de lait suffisante aux besoins de leur enfant, croient qu'il est de leur devoir de le nourrir, et qui, pour dédommager le petit être de la succion prolongée d'un sein vide de lait, remplissent son estomac d'une bouillie au lait ou au jus de viande. La vanité qui les guide dans leurs devoirs de mère devrait les conduire dans une voie meilleure : elle devrait leur faire sacrifier leur amour-propre au bonheur de voir un jour leurs enfants jouir d'une santé parfaite. Je crois donc devoir dire, en me renfermant dans les règles hygiéniques propres à l'enfant nouveau-né, qu'il convient qu'il soit nourri par sa mère; que, dans les cas où une nourrice est nécessaire, le lait de celle-ci doit se rapprocher le plus possible du lait de la mère; et qu'enfin l'enfant ne doit pas manger avant l'âge marqué par la nature, c'est-à-dire avant la sortie des dents destinées à broyer les aliments et à les mêler suffisamment avec la salive.

Lorsqu'une nourrice mercenaire est devenue nécessaire, le choix de cette nourrice est une chose grave : aussi le médecin doit-il y donner toute son attention, et les parents doivent-ils suivre ses conseils, et mettre de côté toute préférence pour telle ou telle personne. Que la nourrice soit jeune, grande, vigoureuse, bien portante; qu'elle ait les dents belles et bonnes; qu'elle ait des mamelles formées par la glande mammaire, et non par un amas de graisse au milieu de laquelle la glande est, en quelque sorte, perdue; qu'elle n'ait eu aucune de ces maladies qui stigmatisent le corps, et prouvent qu'il contient un vice qui, passant avec le lait dans le corps de l'enfant, peut altérer sa santé pour l'avenir; qu'elle ne s'adonne pas à des travaux dont la fatigue dénature le lait; qu'elle ait une bonne nourriture qui donne à celui-ci des qualités nutritives; qu'elle n'ait aucun souci qui, affectant le moral, réagisse sur la sécrétion laiteuse. Si votre fortune vous permet de prendre la nourrice dans votre maison, qu'elle n'ait d'autre occupation que celle d'allaiter et de soigner l'enfant; que tous les jours elle le

promène dès qu'il aura atteint l'âge de six ou huit semaines. On m'objectera que les femmes de la campagne ne prennent pas tant de précautions, et que les enfants s'y élèvent aussi bien et mieux que dans les villes. Cette objection, très-spécieuse en apparence, est fautive au fond, parce qu'on ne remarque pas qu'il manque souvent dans les villes une condition hygiénique dont je parlerai plus tard, et parce qu'on fait moins de recherches sur la mortalité et les maladies des enfants de la campagne que sur celles des enfants des villes. Demandez aux personnes qui confient les enfants aux nourrices de campagne, et vous saurez ce que vous devez penser de ces belles idées, rêves du travail de cabinet que l'expérience vient démentir chaque jour. Trois questions relatives à la nourrice sont très-importantes pour l'hygiène de l'enfant : ce sont celles de l'âge du lait, des fonctions menstruelles et génératrices.

On a prétendu que l'âge du lait, c'est-à-dire l'époque plus ou moins éloignée de l'accouchement, avait une grande influence sur sa composition et sur ses qualités, et qu'il fallait y apporter une grande attention dans le choix d'une nourrice. Il est certain qu'il existe une différence notable entre le lait sécrété pendant les premiers jours qui suivent l'accouchement, et celui que les mamelles fournissent après un ou plusieurs mois. De tous temps, cette différence a été connue et admise, et les anciens avaient déjà désigné le lait des premiers jours sous le nom de *colostrum*. Les chimistes ont observé que cette différence n'existait pas seulement chez la femme, mais encore chez les femelles des animaux. Le *colostrum*, contenant une plus grande quantité d'eau que le lait, a été regardé comme destiné à favoriser l'expulsion du méconium. On a cru que sa composition lui donnait des propriétés laxatives, et qu'en conséquence il était bien préférable pour l'enfant à tout autre lait : il est probable que tel a été le but de la nature. Cependant, si nous consultons l'expérience de chaque jour, nous voyons que l'âge du lait n'a aucune influence sur les enfants, et que la sortie du méconium se fait aussi bien chez ceux qui tettent un lait de plusieurs mois que chez ceux qui tettent un lait de la veille. Je ne pense pas qu'on puisse attribuer les coliques plus ou moins fortes qu'éprouvent quelques enfants à l'âge du lait : elles tiennent plutôt à leur nature. Quoique je dise que l'ancienneté du lait n'a pas d'influence sur les enfants, il ne faut pas croire que je veuille avancer qu'un lait de quinze ou dix-huit mois convienne autant qu'un lait de cinq à six mois. Il n'est pas rare de voir, dans les campagnes, des nourrices mercenaires allaiter

successivement plusieurs enfants. Cette conduite est blâmable; car, excepté quelques cas, le lait s'altère avec le temps, il devient moins abondant, il perd ses qualités nutritives, et il faut que la nourrice donne à l'enfant tout autre aliment que son lait. Si donc je résume mon opinion sur l'âge du lait, je dirai qu'un lait de cinq ou six mois convient très-bien à l'enfant qui vient de naître; que, si le petit être éprouve des tranchées qui fassent craindre que l'évacuation du méconium n'ait pas lieu, quelques cuillerées d'eau sucrée la faciliteront; enfin, qu'il ne faut pas user d'un lait de huit, dix mois ou plus. Je ne crois pas devoir m'occuper des recherches microscopiques faites sur le lait, parce que les inductions qu'on en peut tirer ne sauraient prouver que tel lait convient mieux qu'un autre pour tel enfant présenté.

Le retour de l'évacuation menstruelle ne nuit en rien à l'allaitement. Des praticiens ont pensé que sa réapparition ayant lieu, le lait perdait ses qualités, et que la nutrition de l'enfant se ferait moins bien: c'est une erreur contre laquelle il faut être en garde; une bonne nourrice peut être réglée sans aucun inconvénient.

Les fonctions génératrices sont également sans influence quant à l'acte générateur en lui-même; l'excitation qui en résulte est sans action sur la sécrétion et la qualité du lait. Mais il n'en est pas de même de la fécondation: elle apporte dans l'économie une modification qui a une grande puissance sur le lait; elle commence par altérer sa nature, puis elle supprime sa sécrétion. De là toutes les précautions que prennent certaines personnes pour empêcher les rapports des nourrices avec leurs maris, précautions qu'on ne saurait trop louer, et que le médecin ne saurait trop recommander pour mettre à couvert sa responsabilité. Les observations contraires rapportées par des hommes de grande expérience ne doivent pas nous détourner de la voie que j'indique.

Si j'attache une grande importance à la nourriture de l'enfant nouveau-né, je n'en mets pas moins au choix de son habitation, et j'insisterai d'autant plus sur ce point qu'on y apporte encore plus de négligence qu'à l'allaitement. Il me semble de toute nécessité que l'enfant couche dans une chambre où se trouve une cheminée qui serve au renouvellement de l'air. Cette condition indispensable à tous les âges l'est surtout pour l'enfant dont les poumons ne doivent recevoir qu'un air pur et nouveau, afin que l'hématose se fasse le plus complètement possible. Je sais bien que l'enfant allaité par sa mère se trouve souvent dans cette condition, au moins pendant l'hiver; mais fréquemment

pendant l'été, on met au devant de la cheminée un paravent qui intercepte le courant d'air, et empêche ainsi son renouvellement. On place quelquefois les nourrices et leur nourrisson dans une chambre où un poêle et une lampe de nuit servent à échauffer la pièce et à tenir chaude l'eau nécessaire aux ablutions de l'enfant. Lorsque vous entrez dans ces chambres, vous sentez que l'air est vicié par les émanations individuelles, vous vous plaignez de l'odeur, vous dites d'ouvrir les portes pour changer l'air, et vous oubliez que, dès que la porte sera fermée, rien ne servira à ce renouvellement de l'air. Il faudrait qu'à chaque instant cette porte fût ouverte pour arriver au but qu'on se propose. Le meilleur moyen, le seul qu'on doive employer, celui que je regarde comme indispensable, est l'habitation dans une chambre à cheminée dont la devanture, n'étant jamais fermée, permet le renouvellement constant de l'air, en raison du double courant d'air chaud et froid qui s'établit dans le tuyau.

Lorsque l'enfant a des dents, et même lorsque, n'en ayant pas, il est parvenu à l'âge de six à sept mois, et qu'il jouit d'une très-bonne santé, on peut commencer à lui donner une nourriture autre que le lait de sa mère. On pourrait m'objecter que je me mets en contradiction avec moi-même, puisque j'ai dit qu'il fallait, pour donner à l'enfant une nourriture autre que le lait de la nourrice, attendre qu'il ait des dents afin de broyer les aliments; mais on se tromperait. La nature, en faisant pousser les dents incisives avant les molaires, qui souvent ne viennent que longtemps après, nous prouve qu'on ne doit pas attendre l'apparition de celles-ci pour donner des aliments à l'enfant; et nous, nous n'engageons à ne donner ces aliments que lorsque le lait de la nourrice devient insuffisant. Mais quelle doit être cette nourriture? Faut-il, à cause de l'analogie, lui donner du laitage, ou peut-on lui donner de suite du jus de viande, du bouillon gras? Si je partageais l'opinion des médecins qui pensent que l'estomac de l'enfant n'a pas assez de force pour digérer d'autre alimentation que le lait, je conseillerais la continuation de l'usage de cet aliment. Mais je suis loin d'avoir cette manière de penser; je crois qu'il faut donner à l'enfant l'alimentation la plus nourrissante et la plus fortifiante sous la forme la plus facile à digérer. Il n'est pas à craindre que l'estomac ne puisse supporter cette nourriture, et qu'il soit irrité par son ingestion, parce que c'est moins la nature des aliments que leur quantité qui fait mal à cet organe. Je veux donc que, dès que l'enfant commence à prendre une autre nourriture que le

lait de sa nourrice, cette nourriture se compose d'un bouillon gras dans lequel on aura mis une pâte de farine très-légère, ou du riz très-cuit. Je préfère ces potages aux soupes au beurre ou au lait; ils sont d'une digestion plus facile et plus prompte. Je ne m'appuierai pas pour le prouver de la comparaison de leur composition chimique et de celle des parties qui constituent le corps humain, mais bien de l'expérience journalière. Peu après l'usage des bouillons gras, l'enfant commencera à boire du vin sucré mêlé avec l'eau. Plus tard encore, on pourra lui faire sucer de la viande, et lui en laisser avaler : quoi qu'elle ne soit qu'incomplètement mâchée, l'estomac saura la digérer; il aura sur elle une action plus grande que sur d'autres aliments jugés plus convenables. Cette alimentation tonique fera aux enfants du sang et de la chair. Nous devons imiter ces éleveurs d'animaux qui, pour obtenir de beaux produits, donnent à leurs élèves une nourriture très-substantielle. Une règle très-importante pour les enfants est la régularité des repas : l'estomac habitué à fonctionner à des heures fixes trouve ainsi des moments de repos, qui lui permettent de conserver toute sa force et toute son activité. Nous avons tous les jours des exemples de l'avantage de la régularité de la vie chez les enfants, lorsqu'ils quittent la maison paternelle, et sont mis dans les collèges. Mais il ne suffit pas de faire manger l'enfant à heure fixe, il faut encore lui donner une quantité d'aliments peu abondante à la fois, et répéter souvent les repas; il ne faut pas que dans l'intervalle il remplisse son estomac de sucreries, de pâtisseries, en un mot, d'aliments peu nutritifs et souvent difficiles à digérer. Si je ne craignais d'être fastidieux, j'insisterais davantage sur ces points d'hygiène, parce que je suis convaincu que, si l'on donnait aux enfants en bas âge une nourriture convenable, on préviendrait un grand nombre de maladies qui souvent compromettent l'existence.

La sortie des premières dents est fréquemment la cause d'accidents graves. Le plus commun, et on pourrait presque dire l'unique, ce sont les convulsions. Comme on les observe chez ces enfants gros, bouffis, à tête volumineuse, à gros ventre, que la vanité des parents qualifie d'enfants très-forts, on a prétendu qu'elles étaient plus communes chez les enfants sanguins, et on les a décorées du nom de *fièvre cérébrale*. Mais cette erreur, qui s'est propagée parmi les gens du monde, doit être combattue; car il importe de la détruire, afin qu'une médication intempestive ne vienne pas contre-balancer les efforts de la nature. Les

enfants en bas âge peuvent être divisés en deux classes. Les uns ont toutes les parties du corps dans les proportions voulues par la nature : la tête et le tronc, plus gros et plus volumineux par rapport aux membres thoraciques, et surtout au bassin et aux membres abdominaux, qu'ils ne le seront par la suite, n'ont rien d'extraordinaire, et n'attirent pas l'attention au point d'exciter l'admiration sur la beauté de l'enfant; les membres bien nourris et bien fermes présentent des plis de graisse et des articulations sèches sans renflement. Les autres ont une grosse tête, souvent un visage très-frais; ils ont un abdomen volumineux, très-arrondi, des membres grêles en proportion, très-ronds, mous, des articulations très-grosses, présentant au-dessus et au-dessous du point de contact des surfaces articulaires une sorte de renflement. Les premiers sont les enfants réellement forts et bien portants : chez eux, l'éruption des dents se fait, en général, très-aisément, sans qu'on s'en aperçoive. Les seconds sont les enfants faibles : leur grosseur ne leur donne qu'une apparence de force; il est rare que chez eux la sortie des dents ne soit pas accompagnée de convulsions.

Lorsque l'enfant est parvenu à l'âge de deux ans et demi ou trois ans, il peut manger toute espèce d'aliments et il doit faire chaque jour un exercice à peu près régulier. Celui que je pense être le meilleur est la marche; je le préfère aux jeux dans un jardin. Quand on marche, tout le corps prend part à l'exercice : non-seulement les jambes sont en action, mais encore les bras qui servent de balancier; au contraire, quand les enfants jouent, ils n'agissent pas de tout le corps, ils tournent sur eux-mêmes sans faire d'exercice. J'insiste sur ce point d'hygiène, parce que l'on entend chaque jour des parents refuser de faire promener un enfant en objectant qu'il est toute la journée dans le jardin.

Après l'éruption des dents temporaires, l'enfant n'est exposé, jusqu'à l'époque de sept ans, à aucune maladie particulière à son âge. Soumis comme tous les autres êtres aux influences extérieures, il peut comme eux être atteint par toutes les affections qui forment le cadre nosologique. Mais la révolution qui s'opère par la seconde dentition ne consiste pas seulement dans la chute des premières dents et la pousse des secondes : elle amène encore des changements notables dans la constitution de l'enfant; elle suffit même, dans un grand nombre de cas, pour faire connaître l'avenir du physique de l'individu. Sans attacher néanmoins à cette période toute l'importance qu'ont pu y mettre les