

cédentes, soit avec la farine des légumes secs (haricots, fèves, pois, lentilles), soit avec l'embryon du blé et les graines de certaines plantes papilionacées.

Les *Grissini* sont de petites baguettes de pain ne contenant pour ainsi dire que de la croûte, et par conséquent très favorables à l'alimentation des jeunes enfants. On peut en faire des soupes ou des panades au beurre, au lait, au bouillon. Les enfants peuvent même les sucer et les mâchonner.

Racahout et similaires. — Le racahout des Arabes est à base de riz, de fécule, de cacao et de salep; il a pour composition :

Cacao torréfié	}	āā	60 grammes
Fécule de pommes de terre			
Farine de riz			
Salep			15 grammes
Sucre			25 —
Vanille			1 gramme

Le salep, farine retirée des tubercules et rhizomes de certaines orchidées (*Orchis bifolia*), manque dans certaines formules :

Cacao torréfié	}	āā	40 —
Fécule de pommes de terre			
Fécule de riz			
Sucre			60 —
Vanille			2 —

La phosphatine Falières est un mélange de farine de riz, tapioca, fécule de pommes de terre, arrow-root à parties égales, plus cacao, sucre et phosphate de chaux (20 centigrammes de phosphate bicalcique par cuillerée à soupe). Cette farine, très analogue au racahout, dont elle offre le goût, en diffère par l'absence de salep, la présence de tapioca et d'arrow-root, l'addition de phosphate de chaux. Ces différentes spécialités servent à faire des bouillies au lait que les enfants aiment beaucoup en général, et dont ils se lassent moins vite que des autres farines.

Arrow-root. — L'arrow-root est une fécule extraite des rhizomes de plantes cultivées à la Jamaïque (*Maranta indica*, *Maranta arundinacea*). C'est une poudre très fine qui sert à faire des bouillies au lait assez agréables. Elle a l'inconvénient d'être pauvre en substances albuminoïdes. On peut la rendre plus riche en la mêlant à d'autres substances, qui la rapprochent alors des racahouts. Le *mélange de Husson* a eu son heure de vogue, et sa formule doit être rappelée :

Arrow-root	}	āā	500 grammes
Farine d'avoine			
Sucre			
Sagou			400 —
Cacao	}	āā	50 —
Phosphate de chaux			
Vanille			1 gramme

Semoules, tapioca, sagou, etc. — En broyant incomplètement les céréales (blé, orge, riz), et en les débarrassant des parties corticales à l'aide

d'appareils spéciaux, on obtient les semoules, qui peuvent servir à faire des potages au bouillon et au lait, bien tolérés par certains enfants.

Le sagou, le tapioca, sont des fécules retirées de la moelle du sagouier (*Sagus farinacea*) pour le sagou, de la racine du manioc pour le tapioca, dit encore *sagou blanc*.

Aucune des substances simples ou complexes, que nous venons de passer en revue, ne peut prétendre à remplacer le lait de femme ni même le lait de vache. Employées prématurément, elles conduisent rapidement les nourrissons à la dyspepsie, à la gastro-entérite, à l'athrepsie, etc. Le seul abus du lait condensé et des aliments artificiels a fait naître en Allemagne, en Hollande, en Angleterre, aux États-Unis, une maladie scorbutique que notre collaborateur, sir Thomas Barlow, a bien voulu décrire pour cet ouvrage. Il y a donc un véritable danger à employer avec excès et intempestivement les substances alimentaires autres que le lait frais. Ces substances peuvent servir à préparer le sevrage; ce sont des aliments de transition, qui donnent de bons résultats quand ils sont employés avec discrétion, et concurremment avec le lait, qu'ils peuvent aider, qu'ils ne doivent pas remplacer brutalement et complètement, du jour au lendemain.

VI. — Incubation des nouveau-nés, couveuses.

Les enfants nés prématurément, faibles de constitution, ont été soumis par Tarnier à une véritable incubation, qui a permis d'en sauver un grand nombre. On s'est d'abord servi de caisses en bois rappelant les appareils employés pour l'éclosion artificielle des œufs. Puis on a perfectionné ces instruments, on a même été jusqu'à la création de véritables chambres incubatrices pouvant servir à plusieurs enfants à la fois (Hôpital des Enfants trouvés de Florence). A la couveuse en bois de Tarnier, M. Lion (de Nice) a substitué une couveuse métallique à régulateur automatique.

M. Hutinel a appelé l'attention sur les dangers de l'infection par les couveuses, et il a fait installer aux Enfants-Assistés des couveuses stérilisables.

L'enfant est tout habillé dans la couveuse; on l'en retire toutes les deux heures pour le nettoyer et l'allaiter, en le laissant exposé le moins possible à l'air relativement froid de la chambre. Il y a, en effet, dans la couveuse, suivant les cas, 50, 55, 57 degrés, tandis que la température moyenne des appartements ne dépasse pas 18 degrés. La durée du séjour dans la couveuse varie suivant les cas; elle peut être seulement d'une à deux semaines, elle est parfois prolongée jusqu'à un mois, cinq semaines. L'enfant restant faible, dormant, ne criant pas dans la couveuse, il n'y a aucune indication de l'en retirer. Au contraire, s'il prend des forces, s'il crie quand on le met dans la couveuse pour s'apaiser quand on l'en sort, cela est un signe que l'incubation est désormais superflue.

Si les enfants maintenus dans une couveuse à 50 ou 52 degrés s'engourdisent et n'augmentent plus de poids, on abaissera la température à 28 ou à 25 degrés, et on pourra les voir reprendre. On pourrait encore, à l'exemple de Bonnaire, en cas de faiblesse persistante et de cyanose du nou-

veau-né, faire passer un courant d'oxygène dans la couveuse. Quand on devra retirer définitivement le nouveau-né de la couveuse, on aura soin de ramener graduellement la température de celle-ci au degré constaté dans la chambre, pour éviter les rhumes et autres conséquences d'un refroidissement brusque. La couveuse rend de très grands services, non seulement aux enfants prématurés et atteints de faiblesse congénitale, mais encore à ceux qui ont de l'œdème, du sclérème, de la cyanose. De 1877 à 1880, avant l'emploi de la couveuse, 181 enfants sont morts de sclérème à la Maternité de Paris; de 1882 à 1885, l'emploi de la couveuse a fait tomber ce chiffre à 9. D'après les relevés faits par Tarnier, sur 40 enfants de 1000 à 1500 grammes incubés, il y a eu 12 survivants et 28 morts (70 pour 100 de mortalité); sur 151 enfants de 1501 à 2000 grammes, on a compté 96 survivants et 55 morts (26,7 pour 100 de mortalité); sur 112 enfants de 2001 à 2500 grammes, il y a eu 101 survivants, 11 morts (mortalité de 9,8 pour 100). Auvaré a montré que les enfants d'un poids inférieur à 2000 grammes mouraient dans la proportion de 66 pour 100 à la Maternité avant la couveuse; depuis, la proportion s'est abaissée à 56,8 pour 100. Avant l'emploi combiné du gavage et de la couveuse, tous les enfants nés à 6 mois mouraient, tandis qu'on en sauve aujourd'hui 50 pour 100. Avant la couveuse, il ne survivait pas plus de 50 pour 100 des enfants nés à 7 mois, et 78 pour 100 nés à 8 mois; aujourd'hui on en sauve 77 et 88, 8 pour 100. Ces chiffres sont concluants.

Le Dr Villemin (*Soc. obstétricale*, 1894) a pu sauver, grâce à la couveuse, une enfant qui n'avait pas plus de 24 à 26 semaines de vie intra-utérine, et dont le poids était inférieur à 1000 grammes. Cette petite fille, née le 14 mai, est enveloppée de coton et mise dans la couveuse à 57°. Le 17 mai, le poids est de 955 grammes; le 20 mai, il s'abaisse à 900 grammes. Le 10 juin, la longueur du corps est de 58 centimètres, le périmètre thoracique de 20 centimètres. Pendant les 6 premières semaines, l'enfant ne peut prendre que du lait à la cuiller. A partir du 2 juillet, elle prend exclusivement le sein (60 grammes par tétée). Le 51 juillet, après 2 mois 1/2, la couveuse est supprimée. A l'âge de 21 mois, l'enfant a 70 centimètres de taille, 9425 grammes de poids; elle marche bien, elle a toutes ses dents. Cette enfant, sauvée par la couveuse, n'avait pas été considérée comme viable, et, légalement, elle ne l'était pas.

VII. — *Chambres d'enfants.*

Les chambres dans lesquelles couchent les enfants doivent être spacieuses, bien aérées, bien éclairées. Chaque enfant doit disposer d'un cube d'air de 25 mètres; il faut assurer le renouvellement de cet air par une bonne ventilation. Pour cela on ouvrira largement les fenêtres en hiver, quand l'enfant aura quitté la chambre; en été, on pourra laisser une fenêtre entr'ouverte la nuit, en abaissant les grands rideaux, pour empêcher l'air frais d'arriver directement sur l'enfant.

Un bon moyen de ventilation est assuré par les cheminées à feu de bois.

Ce mode de chauffage est préférable à tous les autres. Le chauffage à la houille, au coke, au gaz, et surtout par les poêles mobiles, dessèche l'air et expose à des émanations désagréables ou dangereuses.

Les chambres d'enfants doivent être bien exposées et bien éclairées. En France, la meilleure exposition est celle qui regarde le sud, le sud-est, le sud-ouest. L'exposition au nord est froide et exige un chauffage intense pendant l'hiver.

Pour que l'air, la lumière solaire, pénètrent facilement dans la chambre et inondent sans obstacle tous ses recoins, on supprimera les tentures, paravents et meubles inutiles. Le mobilier sera réduit à sa plus simple expression. L'éclairage artificiel sera assuré par la bougie, qui consomme peu d'oxygène et dégage peu d'acide carbonique. L'éclairage au gaz, au pétrole, à l'huile, vicie l'air, le dessèche et répand souvent de mauvaises odeurs. L'éclairage électrique est préférable. Les veilleuses à l'huile, dont on se sert la nuit, dans les chambres d'enfants, ont l'inconvénient de charbonner et de n'être pas inodores.

Quand un enfant sera malade, on le changera de chambre, chaque jour, si cela est possible, de façon à aérer largement et assainir la chambre qu'il vient de quitter.

On s'assurera, avant d'occuper les chambres d'enfants, qu'elles ne sont pas exposées à des émanations putrides (évier, cabinets d'aisance), qui pourraient altérer l'air respirable et donner parfois des accès de fièvre.

En hiver la température de la chambre sera, autant que possible, portée à 15 ou 16 degrés; en été, on s'efforcera de la maintenir à 18 ou 20 degrés.

Les chambres d'enfants doivent être dépourvues de tapis, d'étoffes; elles doivent être parquetées simplement, de façon à pouvoir subir un lavage complet. Sur le parquet de chêne ou de sapin, on pourra faire appliquer un tapis de linoléum qui le recouvrira complètement. Ce revêtement permet le lavage complet et la désinfection en cas de besoin, tout en amortissant les chutes.

Les foyers (cheminées ou poêles) seront entourés de grillages en fil de fer, solides, fixés au mur, pour prévenir les chutes dans le feu et les brûlures (gardi-feux). Quand l'enfant grandira, on mettra également un grillage aux fenêtres.

Berceaux et lits d'enfants. — On se sert, pour coucher les nouveau-nés, de berceaux ou petits lits ovalaires, dont les variétés sont innombrables. Dans les campagnes, ce sont des cages, des paniers en osier ou en bois, très bas et portatifs. Les enfants sont maintenus étroitement serrés dans ces berceaux primitifs et malsains. A la ville et dans les classes aisées, on a renoncé aux berceaux bas, aux corbeilles Moïse, et on leur préfère à juste titre les berceaux en fer, avec filet, sur lequel la literie de l'enfant est pour ainsi dire suspendue. Ces berceaux pour les tout petits, comme les lits pour les plus grands, présentent une flèche qui permet d'entourer la couchette d'un filet protecteur ou parachute.

Dans quelques campagnes, le berceau ne contient aucune espèce de literie, mais seulement du son, au milieu duquel l'enfant est plongé tout

nu; les déjections s'amassent en boules qu'on peut aisément retirer. L'élevage dans le son, malgré certains avantages hygiéniques, est peu répandu.

On garnit les berceaux avec les objets suivants : étoffe blanche de piqué allant au lavage pour tapisser le fond, matelas de varech ou de erin, paillon de balle d'avoine, drap de toile; sur ce drap de toile on place un feutre épais recouvert lui-même d'un autre drap de toile, pour empêcher les déjections de souiller le matelas. On recouvre l'enfant avec des couvertures de laine, de duvet; sa tête repose sur un oreiller de erin. On peut entourer le lit ou le berceau de rideaux en tulle, en étoffe percée à jour; mais il faut s'abstenir de ces transparents en satinette qui, sous prétexte d'atténuer la crudité de la lumière, empêchent le renouvellement de l'air.

L'enfant est couché sur le côté gauche de préférence, et non sur le dos, afin que le lait qui pourrait être vomé soit aisément évacué et ne passe pas dans les voies aériennes; car on a vu des enfants asphyxiés par des caillots de lait.

L'enfant ne doit pas partager le lit de son père ou de sa mère, encore moins doit-il coucher avec les bonnes et les domestiques. Quand l'enfant est très jeune, il peut être étouffé accidentellement par sa mère ou sa nourrice; on dit qu'à Londres il meurt par an près d'un millier d'enfants ainsi étouffés dans le sommeil commun. Ce serait surtout dans la nuit du samedi au dimanche, dans la nuit de Noël, après les festins et les libations des jours de fête, que l'accident se produirait.

Meubles d'enfants. — Les meubles destinés aux enfants doivent être simples, stables et solides, exposant le moins possible au renversement et aux chutes. Les chaises basses, les fauteuils, seront en bois, le siège étant canné ou en paille, non rembourré, ni revêtu d'étoffes. Les sièges capitonnés et à ressorts, incessamment souillés par les enfants, sont donc inférieurs aux autres au point de vue hygiénique. Les chaises basses, comme les fauteuils élevés, devront être munis de tablettes qui empêcheront l'enfant de tomber en avant tout en lui permettant d'avoir commodément devant lui les objets dont il a besoin (assiettes, jouets, etc.). Les tables d'enfants doivent être basses ou les sièges élevés; on trouve des meubles composés (table et chaise). La chose importante est que ces meubles aient une grande stabilité; on l'obtient en écartant les pieds, c'est-à-dire en élargissant la base de sustentation.

Les ustensiles qui servent aux repas doivent être l'objet d'une surveillance spéciale; je ne parle pas seulement des casseroles et plats servant à la cuisine, et dont l'étagage ou l'émail doivent être intacts, pour ne pas donner aux aliments des qualités nuisibles. J'ai en vue surtout les couverts, assiettes et gobelets, dont la forme et la composition sont à considérer. Les enfants très jeunes ne boiront pas dans des verres ordinaires, qu'ils ont trop de tendance à briser, mais dans des timbales d'argent ou de vermeil, qui ne pourront pas les blesser. Les gobelets d'étain, qui contiennent toujours du plomb, sont à écarter. Les assiettes devront être incassables (métal émaillé). On ne leur laissera au début, ni couteaux, ni fourchettes, qui pourraient les blesser.

VIII. — *Vêtements.*

La question des vêtements a une grande importance, surtout dans nos pays tempérés, humides ou froids. Il faut vêtir chaudement les enfants, et d'autant plus qu'ils sont plus jeunes, mais il ne faut pas les emprisonner dans ces maillots qu'on employait autrefois et qui, aujourd'hui, sont justement battus en brèche et de plus en plus délaissés.

Maillot. — Le maillot, auquel J.-J. Rousseau a fait la guerre, n'est plus en honneur dans les classes éclairées; mais il conserve, dans le peuple, d'obstinés partisans. Il remonte d'ailleurs à la plus haute antiquité. Si les Égyptiens, les Lacédémoniens, les Chinois, les Japonais, les sauvages, laissaient ou laissent encore leurs enfants à peu près nus ou très libres dans des vêtements larges et flottants, il faut reconnaître que les Romains pratiquaient l'emmaillotage serré avec des bandelettes qui portaient le nom de *fasciæ*. Plus tard, ils laissaient libres les bras, puis les jambes. En Italie, on conserve encore l'usage d'entourer le maillot de véritables bandes qui entravent tout mouvement. En France, au moyen âge, on emmaillottait les enfants à la romaine, c'est-à-dire qu'on les ligotait d'une façon barbare.

Si l'on tient à conserver le maillot, il faut au moins supprimer les bandelettes, le ligotage antique, et laisser à l'enfant un peu de liberté. On ne devra ni trop rapprocher les jambes l'une de l'autre, ni serrer trop fort les pièces du maillot, ni emprisonner les membres supérieurs. Une recommandation capitale à adresser aux nourrices, c'est de n'employer, pour tenir les pièces de vêtement, aucune épingle ordinaire, mais seulement des liens d'étoffes ou des épingles doubles, dites épingles anglaises, épingles de nourrices, épingles de sûreté.

Les différentes pièces du maillot sont les suivantes : une chemise de toile ou de batiste, assez courte, fendue par derrière, une brassière de laine, une brassière de piqué; ces trois pièces se mettent l'une sur l'autre, dans l'ordre indiqué; un lange de toile triangulaire placé derrière les reins et replié entre les cuisses; un lange carré de flanelle ou de coton, parfois les deux (quand il fait froid), pour entourer le tronc, les membres inférieurs, et former une sorte de cylindre aisément portatif. « Le maillot, disent Tarnier et Chantreuil, ne doit pas exercer de constriction à la partie supérieure du thorax, car il gênerait les mouvements respiratoires et déterminerait l'asphyxie, ainsi que cela a été observé. Il faut aussi faire attention à ce qu'il ne fasse pas un bourrelet dans l'aisselle, car il comprimerait les vaisseaux axillaires, ce qui amènerait un gonflement des membres supérieurs, particulièrement des mains, comme nous en avons été témoins plusieurs fois.

« Les langes dont nous venons de parler dépassent de beaucoup la longueur du corps, on les plie à quelque distance des pieds de l'enfant, et l'on en relève la portion inférieure qu'on fixe à la partie qui forme ceinture autour du corps.

« Nous ne saurions trop répéter que, lorsqu'on emmaillote les enfants, il faut veiller à ce qu'ils puissent remuer les bras et les jambes; c'est une des

conditions les plus importantes de leur développement et de leur accroissement. Il faut de plus les démailloter et changer leurs couches le plus souvent possible, de manière que l'urine et les matières fécales ne restent pas en contact avec la peau des fesses et des cuisses, ce qui amènerait un érythème et même une ulcération de ces parties. »

Habillement à l'anglaise. — Le maillot a presque partout cédé le pas à l'habillement à l'anglaise, qui lui est bien supérieur au point de vue hygiénique. Quelques personnes cependant, tout en préconisant le système anglais, gardent le maillot pour les premiers jours, ou pour la nuit, prétextant que l'enfant, en hiver surtout, risque moins, ainsi ficelé, de se refroidir. Je ne crois pas à l'utilité du maillot, même les premiers jours, même l'hiver. En résumé, voici comment l'enfant, dans l'appartement, doit être vêtu :

Tête nue, pas de bonnet, partant pas de cordons qui serrent le cou, l'irritent, amènent des suintements, de l'érythème ; bande de flanelle ou ceinture entourant le ventre pendant les premières semaines ; chemise-brassière en toile, brassière de flanelle, brassière de coton dite piqué ; ces trois pièces mises l'une dans l'autre, ouvertes par derrière, se passent à la fois ; on peut placer la main de l'enfant dans un cornet de papier pour faciliter le glissement et l'introduction du bras.

Pour couvrir le bas du corps, on se sert d'une couche, d'une culotte de flanelle ou de coton, suivant la saison, de bas et de chaussons de laine, et on recouvre le tout d'une robe de flanelle sans manches et d'une robe de linge, dite cache-maillot. La couche est pliée en triangle ; on fixe à la base de ce triangle, par un de ses angles, un carré de tissu éponge et la culotte ; ces trois pièces sont maintenues à l'aide d'une épingle anglaise. La base du triangle est alors placée sur le dos de l'enfant, par-dessus les brassières ; le sommet du triangle est ramené par devant, entre les jambes ; les angles latéraux sont aussi ramenés et croisés sur les cuisses de l'enfant. De cette façon, les membres, séparés par la couche, ne peuvent frotter l'un contre l'autre. La culotte a, comme la couche, une forme triangulaire, à pointes émoussées. Elle est munie de boutons et de boutonnières qui permettent de fixer le sommet de l'angle inférieur, ramené en avant, à la portion qui forme ceinture, et les bords de cet angle aux parties latérales.

On ajoute souvent une petite culotte en toile de caoutchouc, de même forme que la culotte en flanelle. Cette pièce imperméable, utile surtout quand l'enfant est habillé pour sortir, empêche les robes d'être souillées par les urines ; mais elle ne doit pas empêcher de changer l'enfant fréquemment ; sans cela, les liquides et les matières fuseraient dans le dos, mouilleraient la chemise et les brassières, et exposeraient l'enfant au refroidissement.

Quand on sort l'enfant, on lui met une robe à manches qui couvrent les bras jusqu'aux poignets ; cette robe est montante. Dans la méthode américaine, qui est la méthode anglaise outrée, les robes sont décolletées et sans manches, de sorte que les enfants ont le cou et les bras découverts. Avec ce système d'habillement, les enfants conservent, dès la naissance, la liberté

de leurs bras, de leurs jambes, ils ne sont serrés en aucun point, ils respirent librement et se meuvent sans entrave.

Veut-on sortir l'enfant, on lui met sur la tête une capote, sur le visage une voilette, sur le vêtement une pelisse plus ou moins chaude suivant la saison, au besoin ouatée. En agissant ainsi, on est sûr que l'enfant ne se refroidira pas plus que dans le maillot le plus serré. La nuit, si la température extérieure est très basse, on met des boules d'eau chaude dans le berceau. Tel est le vêtement des premiers mois. Quand l'enfant commence à marcher, on fait subir quelques modifications à son costume. Il conserve toujours la culotte et le lange de toile, mais il porte une robe plus courte, sur laquelle il ne risque pas de buter en avançant. Cette robe sera en laine, en tricot ou bien en coton, en piqué, suivant la température. Les chaussons de laine seront remplacés par des souliers en cuir souple, puis par des bottines à tiges. Plus tard la robe prendra plus d'ampleur et d'élégance, elle sera doublée d'un jupon de calicot ou de finette. On emploie, pour maintenir les culottes, un corset rudimentaire, non lacé, mais à boutons ; cette pièce est utile et n'offre aucun inconvénient, car elle ne serre pas.

Quand l'enfant marche tout seul, il est plus exposé à se refroidir que lorsqu'il est porté dans les bras. Il devra donc être bien couvert, et je ne crois pas à la nécessité de lui laisser les jambes nues, comme le veulent certaines personnes, à moins qu'il ne fasse très chaud. On lui mettra des bas de laine remontant jusqu'aux cuisses, et en hiver il portera des guêtres en drap, en tissu jersey ou en cuir. Les bas seront maintenus par des liens attachés au corset, non par des jarretières. En même temps il aura des pantalons de laine, de coton ou de finette, suivant la saison. Quand l'enfant aura 4 ou 5 ans, on pourra le mettre en culotte, c'est-à-dire qu'on laissera de côté la robe, s'il s'agit d'un garçon, pour la remplacer par un petit costume complet en drap ou en lainage, sur lequel on pourra passer une blouse américaine ou un manteau.

Quand l'enfant commence à être propre, qu'il n'est plus exposé à salir ses draps, on le fait coucher dans une longue chemise de nuit qui, dépassant de beaucoup ses pieds, et s'enroulant autour d'eux, l'empêche de se découvrir et de se refroidir. S'il fait froid, on aura soin de mettre, sous la chemise, une petite camisole de flanelle ou de jersey, et, autour du cou, un fichu de soie pouvant se ramener et s'attacher derrière la taille. Du reste, pas plus de bonnet la nuit que le jour. L'enfant ayant pris l'habitude d'avoir la tête nue, dès sa naissance, ne s'enrhumer jamais faute de bonnet.

Faut-il habituer les enfants à porter des gilets ou des chemises de flanelle ? Quand ils sont délicats, exposés à s'enrhumer à la suite de transpirations, rhumatisants ou fils de rhumatisants, il sera bon de leur mettre un gilet et même une chemise de flanelle. C'est un bon préservatif contre les refroidissements, et d'autant plus utile que l'enfant sera plus joueur et plus ardent aux exercices du corps. Il est vrai que l'usage de la flanelle devient une habitude avec laquelle il est difficile et imprudent de rompre. Pour les enfants robustes, la flanelle est inutile.

Les enfants ne doivent jamais être serrés par leurs vêtements ; on s'assu-

rera que les pantalons n'étreignent pas le ventre; ils devront être larges à la ceinture et maintenus par des bretelles. Le port de courroies ou de liens constricteurs doit être absolument interdit, car il expose à des compressions fâcheuses. Les gilets, vestes et robes ne doivent pas plus gêner et comprimer les organes que la ceinture des pantalons; c'est surtout au niveau des aisselles et du cou qu'on donnera de l'aisance aux vêtements, pour assurer la liberté de la circulation et de la respiration. Les cravates seront lâches quand on en mettra. Les chemises seront à col rabattu ou sans col chez les petits enfants; on protégera le cou par un petit foulard de soie, en hiver.

Pour les jeunes filles, il faut retarder le plus possible le port du corset. Je ne parle pas de ce semblant de corset qu'on met à tous les enfants et qui est plutôt une sorte de ceinture ou de bretelle complexe destinée à fournir une attache et un point d'appui aux différentes pièces du vêtement, mais bien de cet appareil constricteur destiné à soutenir les seins et à serrer la taille. On a trop de tendance à abuser de ce dernier et il faut en surveiller l'emploi chez la jeune fille qui n'est pas encore nubile. Les corsets trop serrés gênent l'action du cœur et des poumons, abaissent le foie et le rein, favorisent l'entéroptose et la dyspepsie.

Coiffure, hygiène de la tête. — Les nouveau-nés et les nourrissons auront, dans l'appartement, la tête nue; quand on les sortira, on leur couvrira la tête d'un bonnet, d'une capote, d'un chapeau, suivant l'âge et la saison. Quelle que soit la coiffure adoptée, elle sera légère et aisée, incapable de serrer la tête.

L'enfant qui vient de naître a des cheveux plus ou moins touffus, plus ou moins longs. Ces cheveux sont appelés à disparaître bientôt. Ils seront remplacés par des cheveux d'un teint plus clair qui, graduellement, se foncera. La mue des cheveux est physiologique à cet âge; il ne faudrait pas la prendre pour une alopecie morbide. Les soins de la tête ne viseront donc pas la conservation d'une chevelure éphémère et caduque, mais la propreté du cuir chevelu et le bon fonctionnement des glandes qui concourent à l'entretien des cheveux. On évitera avec soin la formation de ces crasses épaisses et imbriquées qui font adhérer les poils, les tiraillent, les cassent, et les font tomber prématurément; ces crasses peuvent à la longue irriter la peau, atteindre le bulbe pileux et compromettre la vitalité des cheveux futurs. Pour les combattre ou les prévenir, on usera des lotions tièdes, des savonnages, de la brosse douce. On fera des onctions avec une pommade émolliente, la vaseline, le glycérolé d'amidon, etc.

Il ne saurait être question, dans les premières années, de couper les cheveux, et les petits garçons comme les petites filles portent avec aisance ces longues mèches ondulées qui encadrent si gentiment leurs visages.

Plus tard, on conserve les cheveux des filles, se bornant à couper l'extrémité des mèches, pour accroître leur force; mais on fait porter les cheveux ras aux petits garçons. Dans les écoles, dans les collèges, le port des cheveux ras est de rigueur; grâce à cette mesure hygiénique, on évite la propagation de la phtiriasse, de la pelade, de la teigne. On peut en effet surveiller de très près les moindres maladies du cuir chevelu et les faire soigner en

temps opportun. Dans les collectivités enfantines, on devra s'opposer aux changements de coiffures dont les écoliers font un jeu; chaque enfant aura sa coiffure et ses objets de toilette individuels.

Quand on fera couper les cheveux d'un enfant, on s'assurera que les ciseaux, tondeuses, instruments quelconques servant à cette opération, ont été préalablement stérilisés par le flambage, le trempage dans l'alcool ou l'ébullition dans la glycérine.

IX. — Bains, hygiène de la peau.

Les soins de la peau chez les enfants ont une importance capitale, aussi bien dans l'état de santé que dans la maladie. Avant tout, il faut qu'un enfant soit propre, c'est-à-dire baigné, lavé, savonné journellement. La toilette des enfants n'est pas une question de luxe, de coquetterie, elle est de première nécessité. Beaucoup d'affections de la tête, des yeux, des oreilles, de la peau, beaucoup d'infections, à point de départ cutané sont dues à la négligence des soins de propreté. Dès la naissance, l'enfant doit être lavé des pieds à la tête, sans oublier les yeux, les oreilles, etc.

Pour rendre ce lavage plus complet et plus efficace, on plonge le nouveau-né dans un bain d'eau tiède, et, avec une substance grasse (vaseline) ou du savon, on enlève doucement mais complètement l'enduit sébacé qui recouvre l'épiderme. On devra pour ce premier bain, et même pour les suivants, employer de l'eau propre, soit bouillie préalablement, soit filtrée, soit additionnée d'acide borique dans la proportion de 1 ou 2 pour 100. Si l'enfant ne crie pas, s'il est faible, on ajoutera 50 grammes de farine de moutarde. La température du bain sera de 34° à 35°; la durée sera courte (5 minutes au plus); puis l'enfant sera rapidement essuyé et séché avec des linges chauds. On poudre ensuite avec le lycopode ou l'amidon, surtout au niveau des organes génitaux et des plis naturels et, après avoir pansé le cordon, on habille l'enfant. Pendant les premiers mois de la vie, les bains seront quotidiens; plus tard, ils peuvent être réduits à 5, à 2, à 1 par semaine. On les remplace alors par des lavages du corps faits tous les matins au moment de la toilette de l'enfant. Les bains ne doivent pas être trop chauds, mais il n'est pas nécessaire qu'ils soient froids, comme le veulent certaines personnes; l'eau froide a bien une action tonique qui, à l'occasion, peut être mise en œuvre; mais elle ne doit pas être employée systématiquement. J'admets bien qu'en été, au moment des plus grandes chaleurs, on ne réchauffe pas l'eau du bain; mais, dans ce cas, l'enfant ne fera qu'entrer et sortir, il sera soumis à une affusion froide plutôt qu'à un bain. En cas de maladie fébrile, par contre, les bains froids peuvent rendre de très grands services, même chez les nourrissons. Le moment le plus convenable pour donner le bain est le matin; toutefois, chez certains enfants agités, dormant mal, le bain pourra avec avantage être donné le soir. Le bain sera donné avant la tétée ou le repas, et non après.

L'eau chaude suffit pour un bain simple; on rendra ce bain *émollient* en ajoutant de l'amidon ou du son (500 grammes); *stimulant*, en ajoutant