

## MÉDECINE DOMESTIQUE

### Allaitement

Toute femme doit son propre lait à l'enfant qu'elle vient de mettre au monde.

Seules la maladie, l'absence de lait ou des exigences sociales impérieuses doivent excuser l'allaitement par une nourrice mercenaire ou l'emploi du biberon.

#### A) *Allaitement maternel.*

*Hygiène de la mère.* — Laver les seins avec de l'eau boriquée avant et après chaque tétée. Recouvrir ensuite le sein avec un linge fin.

La mère qui allaite peut manger tout ce qu'elle digère bien, mais elle doit insister sur les féculents et les farineux, les graisses et le beurre ; éviter les mets épicés, l'ail, l'oignon, les asperges, les choux, les salades.

Comme boisson, prendre soit du vin coupé d'eau, soit de la bière, soit du cidre ou du lait. Peu de café et de thé, pas d'alcool.

Pour favoriser la sécrétion du lait, prendre des tisanes de galéga, d'ortie, de cumin, d'anis, de fenouil. Sel marin.

Grands bains toutes les semaines de courte durée.

Rapports sexuels peu fréquents et éviter une nouvelle grossesse.

*Hygiène de l'enfant.* — Première tétée quelques heures après l'accouchement dès que la mère est reposée. Pendant les premiers jours, si la montée du lait se fait attendre, donner à l'enfant de l'eau sucrée et ajouter un peu de lait s'il est nécessaire.

Mettre l'enfant au sein régulièrement toutes les 2 heures ou 2 h. 1/2 pendant la journée, et une seule fois la nuit. Durée de chaque tétée varie de cinq à quinze minutes selon la vigueur de l'enfant et l'abondance du lait.

Le rétablissement de la menstruation n'empêche point l'allaitement.

L'allaitement maternel sera continué jusqu'à 15 ou 18 mois, si possible ; toutefois à partir de 10 mois donner à l'enfant quelques bouillies si le lait maternel est insuffisant ou si la mère est trop fatiguée par l'allaitement.

En cas de grossesse nouvelle, cesser l'allaitement.

*B) Allaitement artificiel.*

Ne remplace qu'imparfaitement le sein ; consiste à alimenter l'enfant avec du lait de vache, d'ânesse ou de chèvre, pris soit, le plus souvent, au biberon ou à la tasse, soit au pis de l'animal.

N'employer que du lait provenant d'animaux sains ; si le lait ne peut être pris frais, après la traite, faire bouillir ou stériliser et additionner au quart d'eau sucrée pendant les trois premiers mois.

Pour stériliser le lait se servir d'appareils spéciaux ; placer les bouteilles contenant le lait coupé et sucré dans un bain-marie qui est porté à l'ébullition pendant trois quarts d'heure. Au moment de la tétée seulement adapter une tétine au flacon. Préparer en une seule fois autant de fioles que de tétées pour 24 heures, en mettant la quantité de lait nécessaire pour une tétée. Asepsie parfaite des flacons et de la tétine.

Régler la quantité de lait d'après la force de l'enfant et donner le biberon très régulièrement toutes les 2 heures ou 2 h. 1/2, après avoir réchauffé le lait à 37° au bain-marie ; 8 tétées le jour et deux la nuit.

Peser régulièrement l'enfant tous les jours ou toutes les semaines, l'accroissement doit être progressif, l'augmentation de poids

devant être en moyenne de 25 grammes par jour pendant le premier mois, 23 à 22 dans le deuxième et le troisième, 20 dans le quatrième, 18 dans le cinquième et ainsi de suite en diminuant de 2 grammes par jour, tous les mois, jusqu'au vingt-quatrième mois.

L'alimentation de l'enfant doit suivre l'évolution des dents ; avec l'apparition de celles-ci on peut autoriser une nourriture complémentaire, bouillies, farines, panades. De 10 à 12 mois, une bouillie et 5 tétées ; de 12 à 15 mois, deux bouillies ou soupes avec un œuf et 3 tétées ; de 15 à 18 mois, trois bouillies ou soupes avec un œuf et 200 à 300 grammes de lait. A 18 mois, potages gras. A 2 ans, viande. Pas de boissons alcooliques (vin, bière, cidre) avant 5 ou 6 ans.

*C) Allaitement mixte.*

Consiste à alterner le sein et le biberon ; faire prédominer l'allaitement au sein si l'état de santé de la mère et l'abondance du lait le permettent.

**Bains.**

Ne doivent être pris que quand la digestion est complètement terminée, c'est-à-dire 3 ou 4 heures après le repas. Ne pas se baigner lorsque le corps est encore en

sueur. En sortant du bain s'essuyer promptement pour ne pas se refroidir, et aussitôt habillé faire un peu d'exercice.

La durée du bain varie, selon les indications, d'un quart d'heure à une heure.

Les bains sont *froids* de 12 à 18 degrés (toniques, antithermiques, diurétiques).

Les bains sont *tièdes* de 25 à 30 degrés (antithermiques et sédatifs).

Les bains sont *chauds* de 30 à 38 degrés (excitation périphérique générale, et sédatifs).

La quantité d'eau nécessaire pour un bain de corps est de 250 à 300 litres.

*Bain alcalin.* — Ajouter dans l'eau du bain 250 grammes de carbonate de soude pulvérisé.

*Bain d'amidon.* — Délayer 500 grammes d'amidon dans 3 litres d'eau froide, puis ajouter dans le bain.

*Bain aromatique.* — Faire infuser pendant une heure 250 gr. de plantes aromatiques (feuilles de sauge, thym, serpolet, hysope, menthe poivrée, origan, absinthe et romarin) dans 10 litres d'eau; passer avec expression et verser l'infusion dans l'eau du bain.

On prépare de la même manière le *bain de tilleul* (fleurs et bractées) et les bains avec les autres feuilles ou fleurs.

*Bain de Barèges artificiel.* — Ajouter dans une baignoire en bois ou bien d'ardoise ou émaillée, le mélange suivant :

≠ Monosulfure de sodium cristallisé.	60 gr.
Chlorure de sodium sec. . . . .	60 —
Carbonate de soude desséché . . .	30 —

*Bain mercuriel.* — Dans une baignoire en bois ou en ardoise, faire dissoudre la préparation suivante :

≠ Sublimé corrosif. . . . .	20 gr.
Alcool à 90°. . . . .	50 —
Eau distillée. . . . .	200 —

*Bain salé.* — Ajouter à l'eau du bain 1 kilogr. de sel de cuisine.

*Bain sulfureux.* — Dans une baignoire en bois ou en ardoise ajouter 125 grammes de sulfure de potasse. Avant d'entrer dans la salle de bain se dépouiller de tout objet métallique (montre, bagues, boucles d'oreilles, chaînes, etc.).

*Bain sinapisé.* — Délayer 125 grammes de farine de moutarde dans l'eau froide, puis l'ajouter dans l'eau tiède du bain de pieds (6 litres d'eau).

*Bain de son.* — Ajouter 2 kilogrammes de son dans le bain.

*Bains de vapeur et d'air chaud.* — Se prennent soit dans des caisses où tout le corps est enfermé à l'exception de la tête,

soit dans des salles. La température est portée de 35 à 50° dans les étuves sèches et de 35 à 70° dans les étuves humides. Pendant le bain on peut pratiquer des fumigations médicamenteuses.

#### Bouillies.

Délayer une cuillerée à dessert ou à soupe de farine de froment, séchée au four, dans une cuillerée d'eau froide pour éviter les grumeaux ; jeter cette pâte dans cinq à six cuillerées à soupe de lait bouillant ; laisser ensuite bouillir en remuant, pendant 8 à 10 minutes, jusqu'à consistance d'une crème liquide ; ajouter du sucre et un peu de sel.

Selon le tempérament de l'enfant, on peut remplacer la farine de froment par de la farine d'orge, d'avoine, de riz, de maïs, d'arrow-root. Les farines d'orge et d'avoine conviennent lorsque l'enfant est constipé, la farine de riz lorsqu'il y a diarrhée.

Les farines lactées, maltées, chocolatées, etc., sont des mélanges de farine avec du lait concentré, ou de l'orge germée ou du cacao et du sucre et donnent de bonnes préparations.

Le *racahout* est très bien accepté des enfants et constitue un excellent aliment ; sa composition peut varier, on peut d'ailleurs faire soi-même son *racahout* en modifiant

certaines des fécules, ajoutant des glands doux torréfiés, etc. Voici une composition de *racahout* qui porte le nom de *racahout* des Arabes ;

∞ Cacao torréfié . . . . .	60 gr.
Fécule de pomme de terre.	60 —
Farine de riz. . . . .	60 —
Salep . . . . .	15 —
Sucre . . . . .	25 —
Vanille . . . . .	1 —

On en met 1 à 3 cuillerées dans 250 grammes de lait.

#### Cataplasmes.

Préparations de consistance molle, pâteuse, composées de farines ou de poudres ou de feuilles délayées dans l'eau et destinées à être appliquées directement sur la peau.

*Cataplasmes de farine de lin.* — Emollient le plus usuel ; se prépare en délayant la farine de lin avec de l'eau tiède ; on fait cuire ensuite, en tournant, jusqu'à consistance de bouillie claire. Etendre entre deux mousselines à mailles lâches, appliquer chaud sur la partie malade et recouvrir de taffetas gommé. Changer de cataplasme toutes les trois heures.

Les médicaments, laudanum, belladone, pommade, etc., s'étendent sur la surface du cataplasme qui doit être appliqué sur la peau.

*Cataplasme sinapisé.* — Sur un cataplasme ordinaire de farine de lin, on saupoudre de farine de moutarde sur une épaisseur d'un à deux millimètres, avant de placer entre les deux mousselines.

*Cataplasme de fécule.* — Délayer 100 gr. de fécule dans un peu d'eau froide, puis ajouter près d'un litre d'eau bouillante ; bien remuer, remettre sur le feu et faire cuire deux minutes jusqu'à consistance pâteuse.

Placer la masse entre deux mousselines.

Préparer de même les cataplasmes d'amidon ou de riz.

#### Fumigations.

Les fumigations consistent à déterminer un dégagement de gaz ou de vapeurs que l'on dirige sur un point déterminé, ou qu'on laisse se mélanger à l'air d'un appartement.

Fumigation sèches : projeter sur des charbons incandescents des poudres telles que sucre, camphre, encens, benjoin, chlorure de chaux, etc.

Fumigations humides : Faire bouillir la substance médicamenteuse, goudron, feuilles d'eucalyptus, bourgeons de sapin, tilleul, etc., et diriger la vapeur sur la partie malade.

#### Inhalations.

Les inhalations sont des fumigations médicamenteuses qui pénètrent dans les voies respiratoires : se font à l'aide d'appareils spéciaux ou bien en aspirant directement les gaz ou les vapeurs produites.

#### Injections.

Les injections se font au moyen de la seringue, de la poire en caoutchouc, du clysopompe, de l'irrigateur ou du bock.

*Injections auriculaires.* — Se font sans forte pression, à l'aide d'une petite seringue en verre terminée par une petite olive, ou avec l'irrigateur.

*Injections buccales.* — Grandes irrigations du fond de la bouche se pratiquant à l'aide du bock et avec force. Placer la tête penchée au-dessus d'une cuvette et faire passer un litre d'eau bouillie en introduisant dans la bouche une canule droite, en caoutchouc durci, à un seul jet.

*Injections hypodermiques.* — Selon la quantité de liquide à injecter on se sert de la seringue de Pravaz de la contenance d'un centimètre cube ou de seringues de 10 à 20 centimètres cubes.

Stérilisation de l'instrument ; lavage aseptique de la peau au savon ou à l'alcool ;