Les vêtemens trop étroits causent toujours de la souffrance et des difformités.

A l'usage du corset trop étroit, on doit presque toujours des crachemens de sang, des toux, des anévrismes et l'extinction de l'appétit.

Le vêtement qui serre trop les bras, les jambes, les pieds, les amincit et en détruit la force et la souplesse.

Les habits doivent être faits d'une étoffe qui soit de nature à maintenir le corps dans une chaleur tempérée; au printemps, ne nous pressons pas de quitter les habits d'hiver, reprenons-les assez tôt en automne.

Lorsque les habits sont colorés, ils admettent facilement la chaleur; lorsqu'ils sont blancs, ils la reslètent.

Les surfaces inégales, rugueuses, sont favorables à l'admission du calorique; celles qui sont lisses ou brillantes le repoussent.

Les vêtemens les plus chauds sont ceux qui offrent le double avantage de renfermer beaucoup d'air et de se maintenir à l'état sec. Tels sont les forts tissus de laine, ou ceux qui sont ouatés.

Les chemises de coton se laissent mieux pénétrer par l'air et la sueur, les conservent mieux que celles de lin ou de chanvre. Elles leur sont donc préférables.

La laine qu'on met sur la peau a pour but de la frictionner, d'absorber l'humidité, et de conserver à l'état sain l'air intercepté entre le corps et l'habillement. C'est cette propriété qui la fait employer à l'usage des personnes faibles, qui ont la poitrine irritable ou qui sont sujettes aux rhumatismes.

Past sien so parter, if gint louious step, & the

REMEDES

QU'IL EST ESSENTIEL QUE CHACUN POSSÈDE OU SACHE COMPOSER.

Mich hall Joseph Late - 20 of a good to the file of the

Tisannes rafraîchissantes. Faites bouillir de l'eau, mettez-y deux cuillerées d'orge par pinte; laissez reposer pendant cinq minutes; jetez cette première eau et conservez l'orge. Remettez ensuite une égale quantité d'eau froide; laissez-la bouillir jusqu'à ce qu'elle soit réduite d'un tiers, ajoutez-y alors un peu de miel, de réglisse ou de sucre.

Tisanne contre le rhume ou les maux d'estomac. Faites infuser pendant cinq minutes dans une pinte d'eau bouillante, coquelicots, fleurs de mauve, bouillon blanc, violettes, du tout une bonne pincée; puis passez à travers un linge, et ajoutez un peu de sirop de gomme.

Tisanne fébrifuge. Faites infuser à froid pendant vingt-quatre heures deux onces de quinquina dans deux pintes d'eau fraîche, et passez à travers un linge. Cette tisanne sera un tonique ou stimulant qui aura la vertu de couper les fièvres tierces et quartes, ainsi que les fièvres adynamiques, c'est-à-dire, qui enlèvent les forces, si l'on a soin de la boire vers le milieu de l'intervalle des accès, et surtout à jeûn.

EAU GAZEUSE DE SELZ.

Cette eau est excellente pour les personnes qui,

sans être bien malades, éprouvent un malaise général, manquent d'appétit et ont de mauvaises digestions. On la fait artificiellement en mettant dans une bouteille d'eau un demi gros d'acide tartrique et un demi gros de bi-carbonate de soude, en ayant soin de bien boucher la bouteille sur le champ. En achetant ces substances par livre ou demi-livre, la bouteille ne revient pas à plus d'un sou.

Cette eau est d'un usage très-salutaire, étant mêlée par moitié avec le vin pour les repas.

REMEDE CONTRE LES COLIQUES BILIEUSES.

Ces coliques sont souvent occasionnées par les excès de vin ou de liqueurs, ou par l'eau trop froide bue pendant les grandes chaleurs.

Il faut boire de la limonade, prendre des bouillons aux herbes ou de l'eau de veau ou de petits poulets, faire des fomentations émollientes sur le veutre, prendre des lavemens avec décoction de guimauve ou de graine de lin.

Les douleurs fixes dans le bas-ventre sont causées par les matières visqueuses répandues dans les intestins. La faiblesse de l'estomac, les indigestions imparfaites en sont les causes éloignées. Il faut des bouillons stomachiques dans lesquels on fait entrer quelques sels neutres, et prendre quelques lavemens toniques.

Quant aux coliques hystériques, les médecins les plus expérimentés ont quelquefois de la peine à les guérir.

REMÈDE CONTRE LES MAUX DE GORGE.

Rapez une carotte, mêlez-y de la farine d'orge, faites-en une bouillie épaisse que vous étendrez sur

un vieux linge. Entourez le cou avec ce cataplasme; évitez le froid et les courans d'air.

REMÈDE CONTRE LES OREILLONS.

l'ontendanciame recognerée par ce remêde.

Purgez-vous avec de la crême de tartre infusée dans l'eau bouillante. Si le mal ne cède pas dans 24 heures, il faut recommencer le remède.

POUR ÉVITER LA SURDITÉ.

Ne dormez pas en sortant de table, ne vous livrez jamais à un travail trop rude pendant la digestion. Evitez les grands bruits, le frottement de la lime et du verre contre un corps dur. Les excès vénériens, l'ivrognerie, une chute, un grand froid, la faim trop long-temps endurée sont encore des causes de la surdité. Une fois la faculté de l'ouie éteinte, il y a peu de remède.

Ce sont le vent, l'air trop vif, les oignons, l'oscillation de la lumière, les reflets du soleil, les brouillards, l'air chaud, les boissons fortes, l'exercice trop fréquent des organes générateurs.

On recrée et fortifie la vue par un miroir, l'aspect de la verdure, des coteaux le matin et des ruisseaux le soir.

EAU POUR FORTIFIER LA VUE.

Prenez de la fleur d'euphraise fraîchement cueillie, faites-en une infusion et bassinez-vous-en les yeux quatre ou cinq fois par jour. On peut encore se servir du sue de cette fleur pour rétablir la vue affaiblie ou

HYGIÈNE.

197

par la lumière ou par la chaleur. Plusieurs personnes qui avaient perdu la vue dans les pays chauds, l'ont même recouvrée par ce remède.

EAU POUR GUÉRIR LES YEUX BORDÉS DE ROUGE OU ENFLAMMÉS.

Prenez quatre onces d'eau de rose, autant d'essence de myrthe, deux onces d'eau de bluet, deux onces d'eau de plantin, quinze grains de sulfate de zinc, une demi-cuillerée de miel, mêlez le tout et filtrez au bout de quatre jours; mettez dans une bouteille et bouchez. On se bassine les yeux avec cette eau soir et matin pendant huit ou quinze jours.

EAU POUR GUÉRIR TOUTE ESPÈCE DE CONTUSIONS.

Faites infuser, dans une pinte d'esprit de vin, des feuilles de petite sauge, d'absinthe, de thym, de fenouil, de romarin, de basilic, de lavande, d'hysope, de rue et de serpolet, en tout une bonne poignée. Exprimez les aromates et filtrez au noir d'ivoire.

POUR GUÉRIR LES COUPURES.

Lavez de suite la plaie avec de l'eau fraîche et mettez de la charpie; à proportion que la plaie se cicatrise, faites rajuster les peaux en les serrant l'une vers l'autre avec des bandelettes de diachylon. Observez un régime modéré; peu de vin ni d'alimens excitans.

POUR GUÉRIR LES PIQURES D'ABEILLES, GUÉPES, FRELONS, ET LES MORSURES DES REPTILES VENIMEUX.

Frottez les piqures des guêpes ou des abeilles avec

deux gouttes d'alkali volatil, et la douleur s'apaise à l'instant.

Quand vous êtes piqués ou morsurés par quelques reptiles, essuyez de suite la partie attaquée avec votre salive, et puis, avec de l'eau de sel. Serrez tout à l'entour de la morsure avec un ruban pour empêcher la circulation. Puis vous frottez la plaie avec quelques gouttes d'alkali volatil. Par ce moyen, vous neutralisez bientôt le venin et empêchez l'inflammation.

REMÈDE CONTRE LA MORSURE DES CHIENS OU AUTRES ANIMAUX ENRAGÉS.

Quand une personne a été mordue par une bête enragée ou suspecte, courez au médecin. En attendant, appliquez sur toutes les parties de la morsure un fer rouge, ou un crayon de nitrate d'argent, ou un pinceau imbibé de beurre d'antimoine; mais préférez le fer rouge, et faites-le pénétrer au fond des plaies; il fait moins mal que le beurre d'antimoine; ensuite suivez les avis du médecin.

MAUX DE DENTS.

C'est de toutes les maladies celle qui est la plus commune, celle qui semble avoir le plus de remèdes et qui en a réellement le moins.

Ceux aujourd'hui reconnus les plus efficaces par la faculté de Paris et l'expérience, sont ceux dont on doit l'invention ou le perfectionnement à M. Baudouin, médecin-dentiste de Paris. Ces remèdes sont applicables selon les cas et ne peuvent se déterminer ici; mais on commence à les trouver dans les principales pharmacies des grandes villes.

POUR CONSERVER LES DENTS.

Il faut éviter de boire ou de manger trop chaud ou trop froid, de laisser des parcelles d'alimens entre les dents; il faut se nettoyer la bouche avec une brosse trempée dans l'eau fraîche, tous les matins; faire de temps en temps usage de bons dentifrices, ne pas habiter des lieux humides, ne laisser jamais de tartre à ses dents et ne pas négliger d'avoir recours à un bon dentiste quand le besoin l'exige.

REMÈDE CONTRE LES BRULURES. Quand itee personae a été mordae par une bête cara

Quand la brûlure n'est pas considérable, il suffit de plonger la partie brûlée dans l'eau froide que l'on renouvelle de temps en temps. Si la brûlure est forte, on delaie promptement de la farine dans un blanc d'œuf, on empreigne des bandes de toile de ce mélange, on entoure bien la partie brûlée avec ces bandes, et on les attache fortement avec des rubans, de manière à intercepter l'action de l'air. En peu de temps on est guéri.

C'est de toutes les maladies celle qui-est la plus REMEDE POUR LES ENGELURES.

Mélangez un peu d'esprit de vin dans autant d'eau, faites-y dissoudre une pincée de sel de nitre et lavezen deux fois par jour la partie malade, pourvu qu'il n'y ait pas de gerçures.

Le jus de céleri est aussi un excellent remède. On live pendant cinq minutes soir et matin l'engelure avec ce jus.

REMEDE POUR LES CORS.

Mettez une trentaine de feuilles de lierre dans de bon vinaigre pendant 24 heures. Lavez-en vos cors soir et matin pendant huit ou douze jours, en ayant soin de les envelopper avec une de ces feuilles, et n'oubliez pas de porter une chaussure assez large. proceed pour paint of all de champagne (1)

Pour tuente bouteilles de vin blane (très-blane et on hound qualité), premer six livres de sance candi bien balverise et quarante gouttes d'extrait de vanidie; motor ces deux ingrédiens dans le vin; doux houres après, quand tont est bien lomlu et mele, on filtre et on mot en bouteiller Avant de boucher chaque boutello, on y met an demi gios de bi-carbotate de sands et autant d'acido tacinque; en ficello le beuchow et on couche les boulcilles à plat dans un lieu frais. An bout de buit joure; ce vin out must agréable qua coini d'Eperany.

VIN DE MADERE.

Pour trento bouteillos de viu bluno, prenez quatre livres de anore ordinaire, quatre livres de flerges séches, quatro ences de fleus de tilleut, deux gros de rimbache erientale, dans grains d'aloès succretin; en petrit les ingrédiens dans une houteille de ce viu, ou melange is tent avec to treate houseilles, on to fait chaoffer sir on fou doug jusqu'à chaiffion; ou laisse

(1) He cut deidont due co ne sent pas les foites câteaux d'Ai pi ama d'Unevasymi penvent produire tore les vins mousieux qui se vendent herris, dans tante la France, dans topte l'Erro le et dans tortes les quare particula mande, to chimie est parteale, a enfarre do model