

De ce qui précède il résulte que les aliments, à cause des différentes particularités individuelles, se prêtent difficilement à une classification générale. Mais, abstraction faite de toutes les particularités ci-dessus citées, on a essayé de les classer en se basant sur les principes ou propriétés générales que les substances alimentaires possèdent. Ainsi, à l'exemple de Tourtelle et de Haller, MM. Londe et Rostan ont formé des groupes selon les principes immédiats, et selon la propriété plus ou moins commune et rapprochée des substances. Prout, envisageant la question au point de vue physiologique, s'est basé sur la composition essentielle du lait, qui est constitué de sucre, d'huile et de caséine, et a été amené à réduire tous les aliments à trois classes : 1^o les saccharins (sucre, amidon, gomme, etc.) ; 2^o les huileux (huile et graisse) ; 3^o les albumineux (matières animales et gluten végétal). Les chimistes, comme nous l'avons vu déjà, les séparent en deux groupes, en azotés ou plastiques, et en non azotés ou combustibles pour la respiration. En réalité, chacune de ces classifications a, à son point de vue, son importance ; mais la classification qui importe le plus au médecin est, il me semble, celle qui envisage les substances alimentaires selon la manière dont elles affectent les forces de l'organisme ; et, à l'exemple de M. le professeur Dupré, nous les classerons ainsi :

1^o Régime alimentaire tonique ou fortifiant ; ce sont les substances animales, qu'on subdivise encore en chair noire, comme plus tonique, et en chair blanche, comme moins fortifiante ;

2^o Régime alimentaire débilitant ; ce sont presque toutes les substances végétales, comme mucilagineuses, sucrées, féculentes ;

3^o Régime alimentaire excitant ; ce sont les boissons alcooliques, presque toutes les boissons fermentées, comme vin, bière, cidre, etc. ;

4^o Régime alimentaire adoucissant, comme le lait, le petit-lait ;

5^o Enfin, régime alimentaire altérant ou spécifique, qui a la propriété de combattre la nature de quelques affections ; ce sont des substances comme le café, le thé ; les substances acidulées, comme citron, orange, groseille, etc. ; les asperges, les pois chiches, etc.

À part ces considérations, l'homme, en général, réclame une nourriture appropriée à l'état où il se trouve, c'est-à-dire, à l'âge, au tempérament,

