

DÉDICACE

PAR ordre alphabétique, les femmes trouveront, dans les pages qui suivent, non pas des madrigaux, ni des développements pseudo-poétiques, mais des renseignements précis, pratiques, efficaces. Au lieu de se perdre dans le fatras des compilations, elles iront tout droit aux articles qui les intéressent.

Il existe une multitude de manuels, secrets, guides, bréviaires et autres traités de beauté, mais, outre qu'ils sont tous antérieurs à la création de la méthode THO-RADIA et aux découvertes de la Curie-thérapie, on ne sait par quel bout les prendre, ni dans quel coin de quel chapitre on finira par dénicher le sujet qui vous préoccupe.

Ici, pas besoin de tout lire pour trouver ce que l'on cherche, il suffit de poser la question, le Dictionnaire se charge de la résoudre.

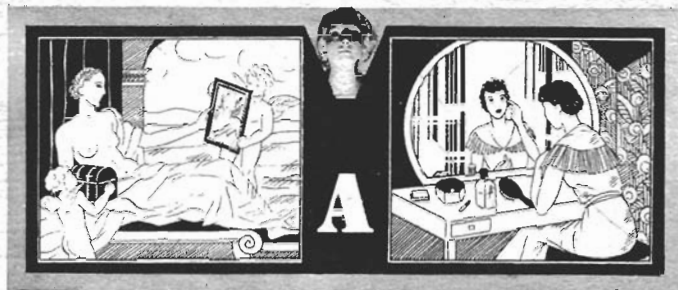
Poser la question, c'est se reporter aux mots qui expriment vos inquiétudes. Vous ne les connaissez pas ? Qu'à cela ne tienne. Le Dictionnaire vous les révèle en vous renvoyant des plus courants aux moins familiers.

C'est quelque chose de simple comme le principe même de notre méthode, mais il fallait y penser. Le « Dictionnaire des Soins de Beauté » a répondu à tout.

Nous le dédions aux femmes et aux jeunes filles modernes qui veulent s'émanciper des routines erronées, collaborer à notre œuvre d'hygiène esthétique et vivre leur vie féminine dans ses devoirs les plus stricts comme dans ses joies les plus légitimes.

THO-RADIA

*Les mots marqués d'un astérisque * renvoient à l'article du Dictionnaire qui les concerne.*



ABLUTIONS. — Matin et soir, on doit laver son visage, ses mains et ses pieds, sans oublier les autres parties du corps, dont la propreté est indispensable. Le meilleur liquide à employer pour cela est l'eau tiède pendant le savonnage (Voir Savon) et l'eau* froide pour le rinçage. On frotte légèrement la surface de la peau avec une éponge imbibée dont on exprime le liquide le plus souvent possible avec les impuretés qu'il entraîne.

Pour les peaux* grasses, faire un premier rinçage à l'eau tiède additionnée de 5 grammes de bicarbonate de soude par litre.

Les ablutions doivent être courtes et suivies d'une friction, après séchage rapide au moyen d'une serviette.

Les ablutions ont pour but de débarrasser la peau des poussières et des miasmes qui s'y déposent incessamment et en entravent les fonctions normales, ou lui transmettent des maladies*.

Elles sont si nécessaires que la

plupart des religions en ont fait un rite obligatoire et que l'hygiène moderne les impose au premier rang des soins* de beauté.

Au risque de laisser dire aux esprits superficiels que la méthode* Tho-Radia se donne comme une panacée universelle, l'expérience est là pour affirmer que la crème*, la poudre* et le



savon* Tho-Radia, grâce aux remarquables propriétés antiseptiques non caustiques des sels de thorium* et à l'action vitalisante du radium* à faible dose, barrent la route aux infections,

préviennent et combattent avec une remarquable efficacité toutes les fêtrissures de la peau.

ABSTINENCE. — S'abstenir des aliments qu'on supporte mal. Les désordres du système digestif rejaillissent sur la peau*, « soupe de sûreté de l'organisme ». La diète au moindre malaise empêche souvent des complications graves. S'abstenir aussi de tout produit, pommade, onguent, fard, lotion, pâte, mastic, dont la formule ne présente pas les garanties scientifiques exigibles.

ABUS. — L'abus en tout produit les effets contraires de l'abstinence. Il ne faut abuser de rien, pas même de l'hygiène. L'abus des meilleures choses finit par les rendre nuisibles. L'abus de l'eau* dessèche la peau et la rend rugueuse. L'abus du savon* la prive de son lubrifiant naturel sécrété par les glandes sébacées et dont le rôle est de conserver à la peau sa souplesse. L'abus des aliments et des boissons provoque des rougeurs* et l'obésité*.

ACARIENS. — Insectes parmi lesquels on compte des parasites de la peau tels que le *Demodex*, (Voir *Points noirs*), le sarcopte (Voir *Gale*) et l'ixode ou tique*, dont l'invasion amène des démangeaisons violentes et des inflammations douloureuses.

La propreté méticuleuse et l'usage du savon* Tho-Radia, à base de baume* du Pérou, sont les meilleurs préventifs contre les parasites*. En cas de maladie déclarée, consulter e médecin*.

ACCÈS. — Brusque changement d'humeur. Attaque d'un mal. Exercent une influence fâcheuse sur la sérénité du visage. Combattre les premiers par un effort de volonté, les seconds par le traitement médical du mal qui les produit. Déterminent rides* et lividité*.

ACIDE ACÉTIQUE. — Entre dans la composition des sels* anglais avec le sulfate de potasse. L'inspiration des sels anglais sert à ranimer la respiration.

ACIDE BORIQUE. — Antiseptique et sédatif. L'eau* boriquée est d'un usage courant pour désinfecter les égratignures légères, les plaies superficielles et les inflammations des paupières.

ACNÉ. — Engorgement des glandes sébacées suivi d'inflammation. Se manifeste tantôt par des points* noirs, tantôt par une irritation de la peau déterminant une éruption de boutons qui se vident en laissant des plaques rougeâtres. Mal soignée, l'acné dégenère en couperose*.

L'acné juvénile se développe surtout au moment de la for-

mation. Elle a souvent pour cause les troubles gastro-intestinaux, l'anémie*, le lymphatisme*. Le médecin institue un traitement spécial de ces causes profondes. Surveiller les fonctions abdominales. Pratiquer chaque matin la gymnastique abdominale et respiratoire*.



— *Visage acnéique. Bouton d'acné.*

User de yoghourt* ou autres ferments lactiques.

Les acnéiques doivent suivre strictement le régime* spécial des affections de la peau.

Pour le traitement local de l'acné, faire, matin et soir, des frictions d'alcool camphré suivies de copieuses applications de crème* Tho-Radia.

Même si le manque de soins a déterminé des pustules et phlegmons* nécessitant une intervention médicale énergique, les applications de Tho-Radia ne doivent pas être interrompues. Elles complètent l'action des médicaments spéciaux et font

disparaître les traces de l'éruption.

ADOLESCENCE. — Age* de la formation. Trois fléaux de l'adolescence font courir à la beauté du visage les plus grands dangers : l'anémie*, le lymphatisme* et le surmenage*.

AFFAISSEMENT DES CHAIRS. — Avec l'âge ou par suite du manque de soins, la fermeté des chairs se relâche. Elles deviennent flasques et tombantes.

Pour lutter contre cette déchéance physique, pratiquer la culture* physique, le massage* radioactif et suivre un régime sévère.

Si l'affaissement est déjà manifeste, ajouter à ces pratiques l'usage de compresses et applications toniques et astringentes.

Le matin. Compresses :

Eau de roses, 200 gr.
Lait d'amande épais, 50 gr.
Sulfate d'alumine, 4 gr.

Bien dissoudre et filtrer.

Le soir. Au coucher, appliquer la pommade suivante sur le visage et le cou :

Huile de ricin, 30 gr.
Cire blanche }
Paraffine } à 5 gr.
Spermaceti.
Acide salicylique, 2 gr.
Essence d'amandes amères, XV gouttes.

AFFLUX. — Accroissement de la quantité des liquides dans les divers organes. L'afflux du sang et des humeurs dans les tissus de la peau est efficacement combattu par le massage à la crème* Tho-Radia, régulateur de la circulation périphérique.

AFFUSION. — Action de répandre de l'eau sur le corps au moyen d'une éponge, pendant quelques secondes si l'eau est froide, pendant une à deux minutes si elle est chaude.

AGE. — A tous les âges de la vie, la peau demande une hygiène méticuleuse. Au cours de l'enfance et de l'adolescence, sauf en cas de maladie, l'irrésistible élan des forces vitales assure le déroulement parfait des fonctions de la peau. Cette santé florissante se traduit par une fraîcheur de carnation, une pureté de teint* qui font le charme de la jeunesse*.

L'usage de la crème Tho-Radia joue pendant cette heureuse période le rôle d'un préventif sans égal. Elle défend l'épiderme encore très fragile contre les miasmes et les intempéries et prolonge l'aspect de la jeunesse au cours de l'âge adulte.

Tous les articles de ce dictionnaire intéressent l'âge adulte, et en particulier les articles consacrés à la méthode, la crème, la poudre et le savon Tho-Radia.

L'âge critique et les approches

de la vieillesse* exigent un redoublement de surveillance et de soins, et, de concert avec les conseils du médecin, le massage* radioactif matin et soir fait reculer les stigmates de la vieillesse et défend victorieusement la peau contre l'atrophie*.

AIL. — Absolument interdit en cas de maladie de peau.

AIR. — L'air est rarement pur. Poussières, fumées, microbes s'y trouvent en suspension. Si le visage n'est pas protégé contre les impuretés de l'air par une crème* douée de propriétés antiseptiques, c'est la porte ouverte à toutes les maladies et à toutes les fêlures de la peau. Ne sortez jamais à l'air du dehors sans procéder à une légère onction de crème suivie d'un poudrage consciencieux.

AISSELLES. — Propriété méticuleuse : savonnage au savon* Tho-Radia, rinçage avec une solution alcoolique de thymol diluée dans l'eau. Après l'épilation, employer la crème Tho-Radia en massage le soir.

Contre la transpiration des aisselles. Lotions plusieurs fois par jour avec :

Formol, 2 gr.
Teinture de belladone, 10 gr.
Eau de Cologne, 100 gr.

ALCOOL. — Substance liquide extraite par distillation du vin et d'une foule d'autres ma-

tières telles que fécule de pomme de terre, graine de marron d'inde, féculents, betteraves. C'est un excitant dont l'ingestion est toujours dangereuse et dont l'abus provoque de graves maladies, abrège l'existence et mène souvent à la folie.

L'alcool rectifié à 90° sert à préparer des teintures, élixirs, alcoolats, alcoolatures, solutions antiseptiques et la plupart des lotions et parfums.

ALCOOL CAMPHRÉ. — Solution antiseptique et sédative : 10 grammes de camphre pour 100 d'alcool.

ALIMENTATION. — L'alimentation a une influence primordiale sur la santé et, par conséquent, sur la beauté, qui n'en est que le reflet superficiel. Elle varie avec les tempéraments individuels. Le médecin habituel est seul qualifié pour instituer le régime convenable. Cependant il importe de suivre des règles générales (voir *Calories*) et de connaître le régime* des épidermes sensibles et des maladies de la peau.

ALOPÉCIE. — Chute des cheveux prématurée. Elle provient de différentes causes : séborrhée*, pellicules*, convalescence, nervosité, retour d'âge, arthritisme.

Pour accentuer la pousse des cheveux, les lotionner chaque jour avec la mixture suivante :



Teinture de Jaborandi, 20 gr.
Teinture d'arnica, 20 gr.
Teinture de quinquina, 20 gr.
Eau de Cologne, 100 gr.

ALTITUDE. — Cure d'altitude. Voir *Montagne*.

AMAIGRISSEMENT. — Voir *Maigreur*.

AMIDON. — Fécule amyliacée qu'on retire des graines de céréales. Le glycérolé d'amidon, employé contre les dartres* et démangeaisons*, s'obtient en faisant chauffer doucement de la glycérine (130 gr.) avec de l'amidon (10 gr.) et de l'eau (10 gr.). Remuer constamment jusqu'à consistance de gelée.

AMPOULES. — Cloche, cloque ou phlyctène. Petite poche formée par un soulèvement de l'épiderme, remplie de sérosité et quelquefois de sang. Cause : froissements ou pressions continus, brûlure, vésicatoire. Traitement : percer de part en part avec une aiguille neuve flambée, presser pour évacuer le

liquide, appliquer une couche de collodion. L'épiderme tombera après s'être reformé par-dessous.

ANAPHYLAXIE. — Certains aliments (fraises, moules, œufs, crevettes, poissons, etc.), ou médicaments (antipyrine, iode de potassium, aspirine, etc.), pris même en très petite quantité, déterminent parfois des accidents qu'on a classés parmi les phénomènes de sensibilisation de l'organisme désignés sous le nom d'anaphylaxie. Ces accidents se manifestent souvent par une poussée d'urticaire*, la pâleur* et la déman-gaison*. Pour se débarrasser de ces altérations spéciales de la santé de la peau, il suffit de découvrir l'aliment ou le médicament incriminé et de s'en abstenir.

ANASARQUE. — Infiltration cirreuse généralisée d'ordinaire dans les tissus sous-cutanés et déterminant une enflure pâle et froide. La pression du doigt y reste marquée quelques instants, comme dans l'œdème*. Régime lacté, purgatifs, sudorifiques, diurétiques, selon l'avis du médecin*. Frictions et massage* radioactif.

ANÉMIE. — Maladie caractérisée par la diminution des globules rouges dans le sang. Cette faiblesse du sang débilite l'organisme tout entier. Fréquent chez la femme, elle se traduit sur le visage par un teint

cireux incompatible avec la beauté.

Toutes les anémies réclament un examen médical approfondi. A titre indicatif, on préconise de nos jours l'ingestion à doses assez considérables (300 à 400 grammes par jour) de foie de veau bouilli ou de préférence cru. L'exercice en plein air, la mer*, la montagne*, une suralimentation légère, activent la guérison. L'usage régulier de la



crème* Tho-Radia par son action locale sur la vie cellulaire et la circulation sanguine dans les tissus de la peau, s'il ne guérit pas l'anémie, contribue du moins à atténuer la lividité du teint.

ANGIOMES. — Voir *Envies* et *Nævus*.

ANTHRAX. — Agglomération de furoncles. Tumeur inflammatoire du tissu cellulaire sous-cutané, dure, très chaude et douloureuse, qui atteint rapidement le volume d'un œuf et

s'accompagne d'une fièvre intense. Fréquent à la nuque, au dos et aux fesses.

Préventif: oxyde d'étain, levure de bière, extrait mou de racine de bardane stabilisé, vaccins antistaphylococciques. Compresses d'eau oxygénée diluée.

Curatif: Ouverture au thermocautère ou au bistouri et pansements avec solution d'eau oxygénée.

ANTICORPS. — Substances défensives produites par l'organisme pour s'opposer à l'invasion des substances étrangères. On distingue les *antitoxines* qui protègent le sérum sanguin, les *agglutinines* qui agglomèrent les microbes et les *lysines* qui les détruisent.

ANTISEPTIQUES. — Médicaments ou préparations ayant la propriété de détruire les germes infectieux. L'acide borique, l'eau* oxygénée, sont d'un usage courant.

Les propriétés antiseptiques des sels de thorium* donnent aux produits Tho-Radia une efficacité reconnue dans le traitement de la plupart des maladies de la peau.

Un bon savonage au savon Tho-Radia débarrasse la peau des mains et de la face des microbes auxquels elle est exposée et la met ainsi à l'abri des infections.

APATHIE. — Ou indolence*, tendance à l'immobilité, à l'inac-

tion, à la torpeur. Suite d'une dépression intense, morale ou physique qui peut aboutir à la mélancolie. Purgations répétées contre l'auto-intoxication. Régime indiqué par le médecin*. Hydrothérapie*, électrothérapie*, suggestion*.

ARTHRITISME. — État spécial de l'organisme prédisposant à certaines maladies : goutte, rhumatisme, gravelle, obésité*, diabète, etc... Causes : hérédité ou surmenage de divers organes amenant des lésions de dégénérescence.

On n'a pas encore découvert le traitement spécifique de l'arthritisme. Suivre un régime de vie calme au grand air, pas de fatigues, d'émotions ni d'excès : hydrothérapie* tiède et cures thermales. Les maladies causées par l'arthritisme exigent chacune des traitements propres. Consulter le médecin aux premiers symptômes. Les manifestations arthritiques qui intéressent directement la beauté, ce sont des troubles divers dans le fonctionnement de la peau : transpiration* excessive, urticaire*, herpès*, furoncles*, psoriasis*, acné*, chute prématurée des cheveux et obésité*. Si les soins médicaux indispensables atténuent l'arthritisme lui-même, toutes ces manifestations extérieures disparaissent en même temps.

ASPHYXIE. — La peau est le siège d'une véritable respira-

tion dont l'arrêt complet, provoqué par un vernissage général ou des brûlures trop étendues, peut amener la mort par asphyxie. D'où l'obligation d'assurer l'aération et la santé des pores de la peau par des soins d'hygiène méticuleux.

Assainir et aérer les tissus de la peau chaque soir par un massage prolongé à la crème* Tho-Radia, dont les propriétés antiseptiques et stimulantes dégagent les pores et raniment la vitalité fonctionnelle.

ASTRINGENT. — Qui resserre les tissus. Les astringents végétaux sont à base de tanin. Parmi les astringents minéraux (alun et autres sels), les sels de thorium* exercent l'action la plus douce et la plus continue. Ils ne présentent en outre aucun danger, ce qui n'est pas le cas des autres astringents. Les sels de thorium sont un des principes actifs des produits Tho-Radia.

ATROPHIE DE LA PEAU. — On donne parfois ce nom au flétrissement et au plissement de la peau amenés par la vieillesse* et qui comportent probablement une sorte d'atrophie ou de paralysie des fibres musculaires lisses qui tendent la peau. La méthode Tho-Radia retarde indéfiniment cette atrophie.

Le massage* radioactif contribue à l'atténuer ainsi que l'électricité de haute fréquence

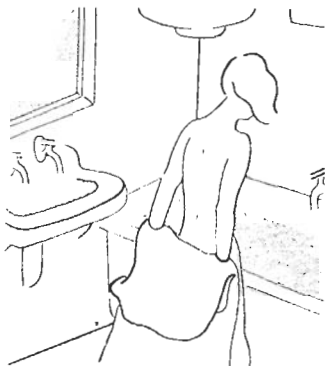
ou les petits courants alternatifs. Voir *Électrothérapie*.

ATTITUDE. — Voir *Main-tien*.

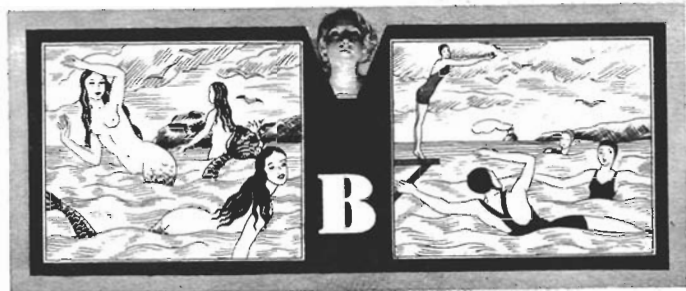
AUTOPLASTIE. — Opération d'esthétique chirurgicale par laquelle on remplace une partie détruite de la peau par une autre partie prise sur la même personne.

AUTOSUGGESTION. — Voir *Suggestion* et *Culture psychophysique*.

AXONGE ou saindoux. — Graisse de porc employée comme excipient* de certaines pommades. Rancit très vite et absorbe les principes actifs au lieu de les distribuer aux tissus.



— Salle de bains-cabinet de toilette.



BACILLES. — Voir *Microbes*.

BACTÉRIES. — Voir *Microbes*.

BAINS. — Immersion plus ou moins prolongée dans un liquide, un gaz, un solide pulvérulent ou pâteux. Leur action principale consiste à macérer et détacher l'épiderme, à en détacher les souillures, poussières, résidus de la transpiration, déchets de la sécrétion sébacée, et toutes matières dont la présence entrave les fonctions de la peau, la dessèche ou la rend huileuse. Ils détendent les nerfs, purifient les pores et activent la respiration cutanée.

Sur l'indication du médecin, on y peut introduire des substances médicamenteuses pour combattre certaines maladies, en particulier les dermatoses. Le diagnostic de ces affections de la peau ne peut être fait que par le médecin* et souvent même par un spécialiste, qui prescrira le genre de bain nécessaire.

Les bains d'hygiène et de

beauté doivent être pris tièdes, au moins une fois par semaine, comporter un savonnage*, être suivis d'une friction sèche ou alcoolique.

Les bains de mer, les bains froids, sont souvent nuisibles à la délicatesse de la peau*. Les bains de vapeur trop répétés ramollissent les tissus et entraînent à la peau sa fermeté.

Bains alcalins. — Pour les peaux grasses.

Carbonate de potasse, 250 gr.
Biborate de soude, 125 gr.
Sel ammoniac, 80 gr.

Bains de son et d'amidon. — Pour les peaux sèches.

Mettre 2 kilogrammes de son dans un sac assez large. Plonger le sac dans l'eau du bain et le froisser avec les mains de temps en temps.

Délayer 1 kilogramme d'amidon dans l'eau froide et verser dans le bain.

Bains de gélatine. — Pour les peaux rugueuses.

à la naissance de la nuque.

Massages à la crème* Tho-Radia. Compresses de tarlatan imbibée de cette mixture :

Eau tiède, 200 gr.

Eau de Cologne, 200 gr.

Chlorure d'ammonium, 20 gr.

Iodure de potassium, 10 gr.

BOUCHE. — Les parties visibles de la bouche sont les lèvres* et les dents*. La bouche, diffuseur de la parole, est la région la plus expressive du visage. Les passions, les joies, les peines s'y épanouissent en crispations plus ou moins harmonieuses, selon qu'elles se rapprochent du paroxysme. Les passions antisociales, haine, colère, envie, tyrannie y tracent le graphique répulsif de leurs vilains rictus. Chacune retrouve ou contorsionne désagréablement les commissures et, si l'on ne s'en guérit pas, finit par imposer un tic* symptomatique.

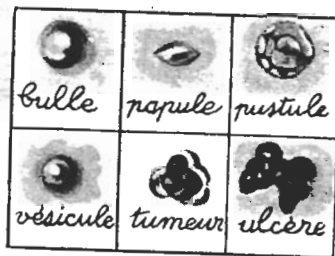
Il faut donc tâcher de rester d'humeur égale et laisser monter la bonté de son cœur jusqu'à sa bouche ou tout au moins s'exercer à ne pas trahir ses mauvais sentiments par la contraction des traits. Dans cet hommage que l'hypocrisie rend à la vertu, la beauté trouve aussi son compte. Les excès habituels du rire produisent des effets analogues. « Je hais le mouvement qui déplace les lignes », déclare la Beauté de Baudelaire, « et jamais je ne pleure et jamais je ne ris ».

BOUFFISSURE. — Enflure sans rougeur produite par des infiltrations séreuses dans le tissu cellulaire. Proviend d'une circulation sanguine altérée. Déforme la plastique du visage. Pour le traitement général, consulter le médecin, les bouffissures pouvant être le symptôme de maladies profondes. Pour le traitement local, pratiquer le massage* radioactif matinal en pressant légèrement sur les parties gonflées, toujours dans le sens de la circulation. La crème Tho-Radia fait résorber les liquides épanchés, active la circulation et supprime l'enflure. Voir *Poches sous les yeux*.

BOURGEONNEMENTS. — Excroissances de chair à la surface des plaies en voie de cicatrisation. Les cautériser au nitrate d'argent suivant les indications du pharmacien et appliquer un pansement résolutif pour en faire disparaître les traces.

BOURSOUFLURE. — Voir *Bouffissures*.

BOUTONS. — On désigne sous le nom général de boutons les diverses lésions qui caractérisent les maladies* de peau : bulles*, papules*, pustules*, vésicules*, tumeurs*, ulcères*. Pour reconnaître une maladie* de peau, il faut examiner par quelle sorte de boutons elle se manifeste. Les boutons de la figure (Voir *Acné*) proviennent toujours de l'impureté du sang.



Ils peuvent être les symptômes de maladies fort diverses qui exigent le diagnostic précis du médecin. Pour s'en préserver, il faut surveiller son alimentation* et son état général. Quel que soit le traitement institué, l'usage régulier de la crème* Tho-Radia constitue la plus efficace des applications locales. Si les boutons sont peu nombreux, cette application suffit à les guérir. On cite même des cas fréquents où des éruptions rebelles ont rapidement cédé à de larges applications prescrites par le docteur. Il ne faut pas gratter les boutons, de peur de les infecter d'abord et aussi pour éviter qu'ils laissent des cicatrices*.

BRAS. — La peau des bras est très fine et très délicate. On la conservera blanche, unie et satinée en la traitant de la même manière que celle du visage : par la méthode* Tho-Radia.

Le massage du poignet se fait en le prenant dans la main oppo-

sée enduite de crème Tho-Radia. On fait glisser la main le long du poignet en tournant tout autour et en exerçant une pression suffisante. Ce massage contribue à dégager l'attache du poignet et à lui conserver toute sa sveltesse.

Pour donner au bras une rondeur agréable sans faire saillir les biceps, il suffit de faire chaque jour des flexions du coude, les bras en croix, en tenant des haltères légers.

Éviter de s'accouder sur des surfaces dures ou rugueuses. Cette habitude irrite la peau du coude et provoque des rides et dartres très disgracieuses dont on ne peut se débarrasser qu'en s'abstenant et en faisant des frictions à la crème Tho-Radia. En cas de poils* ou duvets* superflus, voir ces mots.

BRULURES. — La cicatrice d'une brûlure ruine définitivement la beauté d'un visage. Une brûlure très étendue, en supprimant les fonctions éliminatoires et respiratoires de la peau, peut entraîner la mort. Si on laisse infecter la plaie, le danger n'est pas moins grand. Soyez donc prudentes. N'approchez pas le fer à repasser de vos joues pour juger de sa température. N'approchez pas du feu avec de l'essence, une robe de pilou ou autres matières inflammables.

Toute brûlure est justiciable du médecin. En l'attendant, badigeonner à la teinture d'iode

les surfaces de peau qui entourent la brûlure, mais non la brûlure elle-même; recouvrir la zone brûlée de compresses aseptiques enduites de vaseline stérile ou de crème* Tho-Radia, et envelopper le tout d'un pansement hermétique ouaté. Ne pas enlever la peau des cloques, bulles ou phlyctènes pour ne pas mettre à nu les papilles nerveuses et accroître ainsi la souffrance.

Le médecin instituera un traitement, qui rétablira autant que possible le niveau des chairs.

Brûlures par acides. — Avant le pansement, laver la brûlure à grande eau avec du savon Tho-Radia ou du bicarbonate de soude pour neutraliser l'acide.

Brûlures par alcalis. — Avant le pansement, laver la plaie avec de l'eau additionnée de vinaigre ou de jus de citron pour neutraliser l'alcali.

Brûlures légères. — Les brûlures légères et les brûlures du soleil n'ayant pas entraîné de plaies sont très rapidement guéries par de larges applications de crème Tho-Radia.

BRUNISSAGE ou BRONZAGE. — Mode amenée par la pratique de l'héliothérapie* préventive. Elle consiste à s'exposer le corps au soleil pour se hâler. La peau acquiert de la sorte une teinte brune, bronzée ou dorée. Cette pigmentation est produite par les rayons ultraviolets. Pour avoir une valeur thérapeutique, le bain de soleil doit être direct, sans vêtements

ni vitre interposée; et total, c'est-à-dire atteindre le corps tout entier.

On peut le pratiquer partout, mais il est préférable à la mer* ou à la montagne*. Se protéger la tête avec un chapeau large et léger. Procéder progressivement: cinq minutes matin et soir au début; augmentation de cinq minutes par jour en rapprochant les séances de midi, heure où les radiations sont le plus actives, pour arriver en quinze jours à deux séances d'une heure, l'une trente minutes avant le déjeuner, l'autre une heure après.

Ne pas s'endormir pendant la séance de peur de la prolonger outre mesure et d'attraper des coups* de soleil.

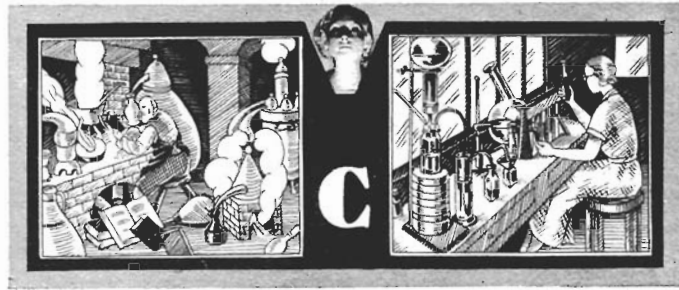
Quand on n'observe pas ces précautions, on risque l'insolation et des brûlures* douloureuses fort inesthétiques.

Pour éviter le brunissage trop rapide et ses fâcheuses conséquences, il est recommandé de mettre sur la peau nue deux fois plus de poudre* Tho-Radia que d'ordinaire avant de sortir et d'employer une huile* à brunir.

Lorsqu'on n'a pas su éviter les vilaines brûlures qui font rougir ou peler la peau et parfois amènent des ulcères, de copieuses applications de crème* Tho-Radia, véritable médicament, les guériront rapidement.

BULLES. — Soulèvements de l'épiderme gonflés de sérosité. Voir *Brûlures*.

BUSTE. — Voir *Seins*.



CABINET DE TOILETTE.

— Dans tout appartement doit se trouver un cabinet de toilette ou une salle de bains. Cette pièce est aussi nécessaire que la cuisine ou la chambre à coucher. Le cabinet de toilette ne contiendra que des meubles indispensables: lavabo, baignoire, appareil à douches, miroir et produits de toilette.

Les murs et le sol seront lavables, l'aération facile.

L'ordre y sera roi et la propreté reine. Ce sera le laboratoire impeccable de l'hygiène* et de la beauté*.

CACAO. — Amande du cacao dont on extrait une huile concrète, le beurre de cacao, qui s'emploie comme cosmétique. Le cacao est la principale substance qui entre dans la fabrication du chocolat*.

CACHOU. — Suc astringent et riche en tanin. S'emploie en pastilles pour purifier l'haleine*.

CAFÉ. — Grain du caféier.

Sert à faire une boisson tonique et stimulante. Très bon pour combattre la somnolence.

CALLOSITÉ. — Durcissement excessif de l'épiderme qui se produit localement par suite de pressions ou de frottements répétés (Voir *Cors*, *Durillons*) et, d'une façon générale, sous l'influence de l'âge. L'usage régulier de la crème Tho-Radia est un bon moyen pour conserver indéfiniment l'élasticité de la peau et la défendre contre l'atrophie* sénile. Pour amincir les callosités, on les frotte à la pierre ponce baignée de mousse de savon* Tho-Radia.

CALORIES. — Unités représentant la quantité de chaleur nécessaire pour élever de 1 degré la température de 1 kilogramme d'eau. La puissance calorifique des aliments est utile à connaître pour surveiller son régime alimentaire et se préserver des risques de maigrir ou d'engraisser.

30 calories par jour et par

est souvent insuffisamment pourvu.

Ce chocolat, connu sous le nom de Santesca, est en vente



dans les pharmacies en raison de ses qualités salutaires, mais ce n'est pas un médicament chocolaté, c'est un véritable chocolat sain et digestif, qui flatte le goût sans contrarier l'estomac.

Loin de nuire à la santé, il comble une lacune de notre alimentation quotidienne et se recommande comme le complément bienfaisant et savoureux de toute alimentation rationnelle. Voir page 155.

CICATRICE. — Pour éviter les cicatrices, n'enlevez jamais les croûtes qui se forment sur les plaies, laissez-les tomber toutes seules. Les marques* de petite vérole, les taches* laissées par des éruptions et les cicatrices légères sont toujours atténuées et très souvent effacées par des applications locales de crème* Tho-Radia et l'emploi régulier de la poudre* Tho-Radia.

CILS. — Entretenir avec un

petit tampon d'ouate imbibé d'une goutte de cette mixture :

Acide gallique, 1 gr.
Huile de ricin, 4 gr.
Vaseline, 10 gr.
Essence de lavande, VIII gouttes.

Pour colorer les cils, mettre le crayon indiqué au mot *Sourcils* entre les deux rangées de cils et le faire glisser en fermant l'œil à demi ou les brosser avec un peu de kohol, dont voici la formule :

Sulfure d'antimoine, 80 gr.
Sulfate de cuivre, 10 gr.
Alun, 10 gr.

Cuire 2 heures au four, porphyriser et tamiser.

Pour retrouver les cils, glisser le doigt entre les deux rangées, fermer l'œil et appuyer le doigt en le roulant tantôt vers le haut, tantôt vers le bas.

Les blépharites*, maladies des paupières, font parfois tomber les cils. Des blépharites légères cèdent aux lavages à l'eau* boriquée chaude. En cas de croûtes, les faire tomber avec de petits cataplasmes de fécula ou de farine de lin. Voir *Sourcils*.

CIRCULATION DU SANG.

— Les troubles de la circulation ont des répercussions fatales sur la beauté du visage comme sur tout l'organisme. Il est indispensable de recourir aux trai-

tements médicaux appropriés sur ordonnance du médecin. En cas de rougeurs* entraînées par la rupture des vaisseaux superficiels, redoubler les applications de crème* Tho-Radia dont l'action stimulante sur la vitalité cellulaire a vite fait de corriger ces colorations malencontreuses.

CIRE. — Substance sécrétée par les abeilles. Blanchie au soleil ou par produits chimiques, elle entre dans la composition des crèmes et principalement du crat cosmétique appelé cold-cream*.

CITRON. — Fruit dont le suc s'emploie comme antiseptique et astringent. Entre dans la composition de l'alcoolature de citron composée connue sous le nom d'eau* de Cologne.

CLIMAT. — Caractère des variations météorologiques d'une région déterminée. L'épiderme s'habitue au climat sous lequel il vit. Par contre, le changement de climat peut lui être dangereux. La méthode* Tho-Radia, régulatrice des fonctions cutanées, constitue la protection la plus efficace du visage pour les touristes, explorateurs, aviateurs et toutes les personnes qui, parcourant de grandes distances, changent forcément et brusquement de climat.

CLOQUE. — Voir *Brûlure*.

CLOUS. — Voir *Furoncles*.

COIFFEUR. — On contracte souvent des maladies chez le coiffeur par transmission des microbes d'un client à l'autre.

Exigez du coiffeur qu'il se lave les mains à l'eau savonneuse et les aseptise en les trempant dans l'alcool, avant de vous toucher.

Apportez chez lui vos ustensiles personnels.

COLD-CREAM. — Crat cosmétique du Codex :

Huile d'amandes douces, 215 gr.
Blanc de baleine, 60 gr.
Cire blanche, 30 gr.
Eau de rose, 30 gr.
Huile volatile de rose, X gouttes.
Teinture de benjoin, 5 gr.

Ce crat ne se conserve pas et rancit très vite. C'était cependant la meilleure préparation pour les soins du visage avant la découverte des substances (radium* et thorium*) qui ont permis la création de la crème* Tho-Radia.

COMÉDON. — Voir *Points noirs*.

COMPÈRE-LORiot ou ORGELET. — Petit furoncle douloureux du bord de la paupière. Laver à l'eau* boriquée et appliquer de petits cataplasmes de fécula de pomme de terre. Prendre des comprimés d'oxyde

minent quelquefois des éruptions.

Tous ont l'inconvénient de constituer sur la peau un véritable pansement occlusif qui obstrue les pores* et paralyse les fonctions éliminatoires et respiratoires de la peau. De plus, en imprégnant les tissus, ils entraînent une macération débilitante qui précipite la décrépitude de la peau.

Les huiles organiques (végétales et animales) et en particulier l'huile* d'olive, dont les athlètes antiques avaient coutume de s'oindre le corps, ne présentent pas ces désavantages. Grâce à leur fluidité, elles peuvent s'étendre sur la peau sans pression, et, lorsqu'elles pénètrent dans les pores, elles sont assimilées. C'est pourquoi l'huile d'olive est si recommandable aux peaux* sèches.

Enfin, les graisses ont le défaut de retenir avec trop de résistance les principes actifs qu'on leur incorpore au lieu de les laisser pénétrer dans les tissus visés.

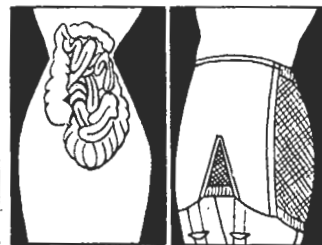
Le seul excipient* qui convienne à un produit d'usage quotidien et permanent doit être : assez poreux pour ne pas entraver la respiration cutanée; entièrement soluble dans l'eau pour favoriser, au moment des ablutions, l'exsudation des sérosités toxiques et échanger sans résistance avec l'épiderme

les principes actifs qu'il contient en dissolution.

C'est le cas de la stéarine saponifiée jusqu'à complète neutralisation, qui sert d'excipient à la crème* Tho-Radia.

CORPULENCE. — Voir *Obésité.*

CORSET. — Ce meuble de la fausse élégance féminine tend à disparaître dans sa forme extra-



— Viscères comprimés par le port d'un corset rigide.

— Gaine élastique maintenant les organes sans les comprimer.

rigide, source de dyspepsie, constipation*, palpitations, tuberculose et troubles subabdominaux.

Les ceintures, gaines et autres remplaçants du corset à baleines, ne sont utiles que s'ils présentent assez d'élasticité pour soutenir les organes abdominaux sans les comprimer.

Le soutien-gorge est très recommandé, à condition de ne

pas serrer les seins* et de laisser évaporer la transpiration*.

CORYZA. — Rhume de cerveau. Inflammation des membranes qui tapissent les fosses nasales. Lavage du nez et de la gorge avec de l'eau boricuée tiède. Boissons chaudes. Inhalations avec mélange de teinture de benjoin, d'eucalyptus et menthol (1 cuillerée à café dans un demi-litre d'eau bouillante). Vaseline goménolée, résorcinée ou collargol. A l'extérieur, frictions légères à la crème* Tho-Radia pour décongestionner la peau.

COSMÉTIQUES. — Préparations destinées à entretenir la souplesse de l'épiderme et la beauté de la peau. Éviter celles qui ne sont pas préparées sous le contrôle d'un docteur en médecine ou d'un pharmacien*, toute substance toxique absorbée par la peau étant aussi dangereuse pour la santé que prise par la bouche.

COU. — Pour lui conserver sa grâce et sa pureté de lignes, faire le plus souvent possible des mouvements de torsion et de flexion du cou dans tous les sens et en tirant de plus en plus sur les muscles. Porter de temps en temps un fardeau sur la tête pour donner au cou son équilibre naturel. Pour éviter les plis du cou ou le double menton, pratiquer chaque soir un massage* à la crème* Tho-Radia, de haut

en bas, en chassant le sang vers le cœur sur toutes les faces du cou y compris la nuque. Pour les soins de la peau, le cou se traite en même temps que le visage. Gros cou : Voir *Goitre.*

COU-DE-PIED — Voir *Chevilles.*

COUDE. — Voir *Bras.*

COUP DE SOLEIL. — Insoleil. Brûlures du soleil. Les rougeurs, cuissons et desquamations sont rapidement guéries par des applications copieuses de crème* Tho-Radia. Faire d'abord une compresse d'eau fraîche, puis étendre plusieurs couches de crème Tho-Radia sur les endroits douloureux et rougis. Renouveler l'application de crème trois fois par jour. Éviter de s'exposer au soleil pendant le traitement. La douleur cesse très vite; la rougeur s'efface et la peau cesse de peler. Voir *Brunissage.*

Lorsque l'insolation s'accompagne de maux de tête violents, de congestion ou d'évanouissement, il faut recourir immédiatement aux soins du médecin.

COUPEROSE. — Rougeur permanente localisée au nez et aux pommettes parfois compliquée d'acné* et comportant la dilatation des vaisseaux* capillaires sanguins. Pour éviter la couperose qui survient de préférence chez les épidermes sé-



borrhéiques, le massage* facial quotidien à la crème* Tho-Radia est souverain. Il régularise la circulation superficielle et assainit le flux de la séborrhée*. Dans les cas invétérés, le médecin instituera un traitement spécial de scarifications.

COUPURE. — Faire saigner, laver à l'eau oxygénée et réunir les bords avec du collodion*.

COUSINS. — Voir *Moustiques*.

CRAYONS DERMOGRAFIQUES. — Voir *Sourcils*.

CRÈMES DE BEAUTÉ. — On trouve dans le commerce une multitude de préparations plus ou moins anodines vendues sous le nom de *crème de beauté*, mais ne possédant la plupart du temps aucune vertu curative, c'est-à-dire aucune efficacité. Il suffit de constater, pour en avoir la preuve, le simple fait qu'on se les procure

n'importe où, alors que le pharmacien* seul est en droit de préparer et de délivrer une crème douée de propriétés médicinales.

Passé encore que ces produits soient inefficaces s'ils étaient toujours inoffensifs. Mais les substances astringentes, grasses ou excitantes, qui donnent à la peau un éclat sans lendemain et produisent un effet fugitif de trompe-l'œil, ont vite fait d'entraver les fonctions naturelles de l'épiderme, d'engorger les tissus, d'obstruer les pores*, de gêner la respiration et l'élimination cutanée quand elles ne causent pas des désordres graves et souvent irréparables.

Sans la garantie du pharmacien, un produit contenant des principes actifs mal dosés ou contre-indiqués risque de causer des désordres graves dans l'organisme, car une substance nocive absorbée par la peau est aussi dangereuse que prise par la bouche.

Seule, une crème préparée sur une formule médicale par un pharmacien* diplômé présente les garanties voulues tant au point de vue de l'innocuité que de la valeur thérapeutique et, par conséquent, esthétique.

Préparée par un docteur en pharmacie d'après la formule du Dr Alfred Curie, recommandée par les médecins* et vendue exclusivement par les pharmaciens, la crème* Tho-Radia, embellissante parce que curative, est par excellence la crème d'hygiène et de beauté.

CRÈME THO-RADIA. — La crème Tho-Radia n'est pas un mélange plus ou moins neutre destiné à grossir d'une unité la liste innombrable des soi-disant crèmes de beauté, c'est l'utilisation méthodique d'une découverte sans précédent. Sa création a déclenché une véritable révolution dans le domaine des soins* de beauté et clos des siècles d'empirisme et de déceptions. Elle a ouvert une ère véritablement scientifique.

Dans la pulpe de son excipient, parfaitement soluble dans l'eau et qui fixe admirablement la poudre*, la crème Tho-Radia recèle une dose étudiée de sels de radium* et de thorium*, avec toutes leurs propriétés préventives et curatives.

Elle stimule la vitalité cellulaire, active la circulation, raffermi les tissus, élimine la graisse, empêche la déformation des pores, prévient et guérit dartres, boutons, rougeurs, déteint la peau contre les miasmes et les intempéries, combat toutes les altérations de l'épiderme, soigne et supprime les rides, conserve la fraîcheur et l'éclat du teint.

Au lieu d'obstruer et de distendre les pores*, en y accumulant des matières parasites, la crème Tho-Radia les nettoie et les raffermi.

Au lieu d'apporter un obstacle de plus à l'expulsion des déchets, la crème Tho-Radia favorise l'exsudation des sécrétions* dermiques.

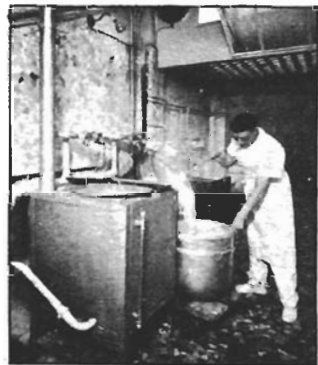
Au lieu d'entraver la respira-

tion* cutanée et de provoquer des rougeurs*, la crème Tho-Radia stimule les échanges gazeux et neutralise les ferments.

Au lieu de vernir et de macérer les tissus, la crème Tho-Radia les aère et les purifie.

Parfois, les premières applications provoquent une légère sensation de picotement, mais cela n'est que l'indice favorable d'une activité rénovatrice.

En intensifiant la circulation du sang dans les vaisseaux capillaires de la peau, en réveillant l'activité cellulaire en voie d'engourdissement, en précipitant du même coup l'élimination des résidus organiques accumulés dans les téguments, la crème Tho-Radia détermine une véritable renaissance du visage.



— Préparation de l'excipient.



— Une salle de mise en tube automatique.

L'empatement des traits s'affine, la sécrétion redevient normale, les peaux sèches s'adoucissent, le flux séborrhéique des peaux grasses s'atténue ; cette matité veloutée, cette fraîcheur de teint, cet éclat diaphane, qui survivent rarement à l'adolescence, persistent désormais jusqu'à l'âge le plus avancé.

En vous servant de la crème Tho-Radia, vous faites votre cure quotidienne de beauté, et, du jour où vous l'avez inaugurée, vous inaugurez véritablement une vie nouvelle caractérisée par une perpétuelle jeunesse.

Exagération, direz-vous, commune à tous les produits similaires qui promettent monts et

merveilles et ne tiennent leurs promesses que dans une certaine mesure.

A quoi nous sommes bien forcés de répondre : La crème Tho-Radia n'a pas de similaire.

La crème Tho-Radia est garantie radioactive*, antiseptique, cicatrisante, régénératrice par sa formule enregistrée au laboratoire national de contrôle des médicaments, formule due aux recherches du docteur Alfred Curie, et que voici :

Thorium chlorure, 0^{er},50.

Radium bromure, 0,25 microgramme.

Excipient. Q. S. P. : 100 gr.

C'est une spécialité pharmaceutique garantie par la science

personnelle du docteur en pharmacie qui la prépare.

C'est un produit doué d'une puissance curative telle que le pharmacien* seul a le droit de le vendre, alors que les crèmes ordinaires sont en vente partout.

Si l'on rencontre encore des femmes qui ne craignent pas d'exposer à la réprobation des gens de goût une face couperosée, des traits flétris, une peau luisante ou livide, ou même une fraîcheur de visage insuffisante, elles ne doivent plus s'en prendre qu'à elles-mêmes.

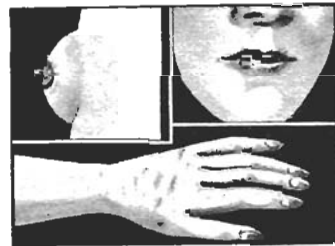
La science a créé Tho-Radia pour les embellir. A elles d'en profiter. Reste laide qui veut !

Voir page 149.

CREVASSES. — Gerçures* profondes et douloureuses.

Aux lèvres : beurre de cacao et huile d'amandes douces en parties égales.

Aux mains : Le soir enduire



— Crevasses aux seins, aux lèvres, aux mains.

de glycérine boriquée et recouvrir d'un linge.

Applications de crème Tho-Radia.

Au bout des seins : Toucher avec une goutte de solution de nitrate d'argent au 1/25. Panser avec une pâte ichtyolée. Calmer la douleur avec applications de 1 gramme de cocaïne dans 16 grammes d'eau.

CROUTES. — Plaques résultant de la dessiccation de sérosités quelconques à la suite d'une blessure ou d'une inflammation. Il ne faut jamais enlever les croûtes, mais les laisser tomber d'elles-mêmes de peur des cicatrices*.

CUIR CHEVELU. — Nettoyage au shampooing*. En cas de séborrhée*, frictionner doucement tous les soirs avec une demi-cuillère à café du mélange suivant :

Teinture d'arnica, 60 gr.

— de jaborandi, 40 gr.

— de cantharide, 10 gr.

Liquor d'Hoffman, 5 gr.

Résorcine, 4 gr.

Agiter avant de s'en servir. En cas de sécheresse ou de pityriasis*, onction tous les soirs avec gros comme un pois de ce mélange :

Lanoline camphrée, 60 gr.

Teinture de savon, 10 gr.

Soufre colloïdal, 4 gr.

Turbith minéral, 2 gr.

Huile de bouleau, 1^{er},50.

CUISSES. — Voir Jambes.