



Remèdes anciens

Collectif de personnes âgées
du Centre d'alphabétisation Moi, j'apprends



APPRENDS



CENTRE FORA

Remèdes **anciens**



**Collectif de personnes âgées
du Centre d'alphabétisation Moi, j'apprends**

ROCKLAND (ONTARIO)

1994

Données de catalogage avant publication (Canada)

Vedette principale au titre :

Remèdes anciens

Publié en collaboration avec le Centre franco-ontarien de ressources en alphabétisation (Centre FORA)

ISBN 1-895336-70-8

1. Lectures et morceaux choisis pour nouveaux alphabétisés.
2. Médecine populaire--Ontario--Rockland, Région de--Formules et recettes.
3. Canadiens-français--Ontario--Rockland, Région de--Folklore.
 - I. Benoit, Suzanne II. Centre d'alphabétisation Moi, j'apprends. III. Centre franco-ontarien de ressources en alphabétisation.

PE1126.N43R448 1994 448.6'2 C94-900433-2

- COORDINATION :** Suzanne Benoit, coordonnatrice
Centre d'alphabétisation **Moi, j'apprends**
- GESTION DU PROJET :** Angèle Murphy, animatrice
- ILLUSTRATIONS :** Lise Lacroix
- TRAITEMENT DE TEXTE :** Julie Swan, Lucie Jubinville
- PAGE COUVERTURE ET MISE EN PAGES :** Albert Paquette, Centre FORA
- RÉVISION LINGUISTIQUE :** Normand Renaud
- ÉDITION :** Centre d'alphabétisation **Moi, j'apprends**
1468, rue Laurier, Rockland (Ontario) K4K 1C7
Téléphone : (613) 446-5312
- COORDINATION DE PRODUCTION ET D'IMPRESSION :**
Centre franco-ontarien de ressources
en alphabétisation
Centre FORA
533, rue Notre-Dame
Sudbury (Ontario)
P3C 5L1
Téléphone : (705) 673-7033
Télécopieur : (705) 673-5520

Tous droits réservés : © Centre d'alphabétisation Moi, j'apprends, 1994

Il est interdit de reproduire en tout ou en partie le présent ouvrage, par quelque procédé que ce soit.

La réalisation de ce document a été rendue possible grâce à une contribution financière du **Canadian Give the Gift of Literacy Foundation**, de la **Fondation Langelier** et du Centre d'alphabétisation Moi, j'apprends.

Les opinions exprimées dans ce document sont celles des auteurs et ne sont pas nécessairement celles du **Canadian Give the Gift of Literacy Foundation**, de la **Fondation Langelier** ou du Centre d'alphabétisation Moi, j'apprends.

Dépôt légal - deuxième trimestre 1994
Bibliothèque nationale du Canada

REMÈDES ANCIENS

Écrit en 1991-1992

Révisé en 1993-1994

Membres du collectif des auteures et des auteurs

Laurette Asselin	Léontine Gibeault
Clara Ayotte	Jeannine Grégoire
Flore Bisson	Aurèle Henrie
Gérard Bissonnette	Aurélia Legault
Aurore Boulard	Ernest Legault
Alméria Bourdeau	Fernande Major
Louis Bourgeois	François Major
Marie Bourgeois	Jeannine Ménard
Gracia Brasseur	Marie-Anne Paquette
Alexina Brisson	Jeannette Piché
Clara Brisson	Reina Poulin
Charles-Hubert Bruyère	René Quesnel
Lucienne Cayer	Gertrude Roy

Ces personnes habitent la Villa St-Albert située à St-Albert et la Résidence Notre-Dame située à Embrun. St-Albert et Embrun sont deux villages de l'Est ontarien.



La jeune génération en rit, les adultes en ont
entendu parler et les aînés leur ont fait confiance.
Voilà ce qui nous reste des **Remèdes anciens**.

AVANT-PROPOS

Autrefois, dans le temps de nos arrière-grands-parents, les médicaments chimiques et les traitements spécialisés n'existaient pas. Chacun soignait ses maladies et ses malaises selon sa connaissance. Les recettes et les secrets de la médecine étaient légués de génération en génération. Chaque famille possédait le secret des potions et des tisanes qu'elle gardait jalousement. On jurait de leur efficacité : un ancêtre avait survécu à un empoisonnement de sang, soigné avec des sangsues; une tante avait guéri sa fluxion de poitrine avec des cataplasmes de graines de lin, etc.

Pour notre plaisir et celui de nos enfants, nous avons recueilli d'anciennes recettes et des trucs de la médecine primitive d'autrefois.

Vous remarquerez que nous avons souvent oublié les quantités et les mesures.

AVIS AUX LECTEURS ET LECTRICES

Les anciens remèdes et les trucs de nos ancêtres n'ont certainement pas tous été expérimentés en laboratoire et n'ont évidemment pas tous été approuvés par un collège de médecine moderne. Il ne serait pas sage de s'en servir de préférence à la médecine d'aujourd'hui.

Ce recueil a été écrit par et pour le plaisir des apprenantes et des apprenants. Les textes ont été écrits en respectant leur vocabulaire et leurs structures de phrases.

Nous espérons qu'il vous fera rêver de l'ancien temps.

TABLE DES MATIÈRES

Appétit (Pour donner l'appétit et renforcer)	9
Asthme, rhume et toux	12
Brûlures et engelures	18
Calculs aux reins	19
Clou	20
Coqueluche	21
Démangeaison ou rif	23
Diabète	23
Diarrhée	23
Entorse	25
Fièvre	26
Grossesse	29
Haute pression (Haute tension artérielle)	30
Hémorroïdes	30
Herbe à puce et piqûres d'insectes	31
Infection	33
Insomnie	35
Jaunisse	35
Maux de dents	36
Maux d'estomac et indigestion	37
Maux de gorge et amygdalite	38
Maux d'oreilles	40
Maux de tête	41
Montée de lait ou sevrage	42
Paralysie	42
Pleurésie et fluxion de poitrine	43
Poux de tête et de corps	44
Purgation	46
Rhumatisme et arthrite	48
Tranchement d'urine	50
Verrues et cors	52
Vers	54
Plantes	56

Appétit (Pour donner l'appétit et renforcer)

Manger une gousse d'ail cru et une cuillerée à soupe de patates râpées avant chaque repas.



Boire chaque matin un petit verre de bière brune ou Porter dans lequel vous ajoutez un œuf cru.



Prendre une cuillerée à thé de graines de lin tous les matins, à jeun. *« Mon frère, qui en prenait tous les matins, a commencé à friser naturel quand il a atteint la vingtaine. Pour les membres de la famille, c'était à cause de la graine de lin car nous avons tous les cheveux raides. »*



Manger un peu de mélasse Black Strap à tous les repas.



Mâcher des feuilles d'absinthe.



Échauder des feuilles et des tiges d'absinthe. Boire trois à quatre tasses de cette tisane durant la journée.

Mettre une cuillerée à thé de brandy dans un petit verre de lait. Boire durant la journée ou au coucher.



Mélanger une cuillerée à thé de brandy et deux cuillerées à thé d'eau. «*C'est très efficace si on le boit à jeun, le matin.*»



Boire une gorgée de whisky blanc le matin en se levant.



Tonique pour avoir meilleur appétit

2 lbs de pois secs

2 lbs de sucre blanc

1 galette de «yeast cake»

eau pour couvrir

Placer les ingrédients dans un gallon de **vitre**¹. Couvrir d'eau tiède et laisser fermenter pendant dix jours à la température de la cuisine. Couler et prendre un petit verre à tous les jours. Vous retrouverez l'appétit en un rien de temps.



Aller travailler dehors **une couple**² d'heures avant les repas. C'est le meilleur remède pour retrouver l'appétit.

1. **vitre** : verre.

2. **une couple** : quelques.

Échauder un plant d'**herbe à dinde**³ séché. En boire une tasse plusieurs fois par jour.



Thé de bœuf

bœuf maigre

sel et poivre

eau

Couper le bœuf en cubes et faire bouillir un moment à feu vif dans un peu d'eau. Presser la viande dans le bouillon pour en extraire le jus. Saler et poivrer. Boire chaud, plusieurs fois par jour.



herbe à dinde

3. **herbe à dinde** : nom vulgaire du mille-feuilles.

Asthme, rhume et toux

Mélanger un peu de feuilles d'ortie fraîches ou séchées avec deux tasses d'eau. Faire bouillir deux minutes. Couler pour enlever les feuilles. Boire une tasse de cette tisane le matin et une autre l'après-midi.



Sirop de Marie

Mélanger une petite quantité des ingrédients suivants : du tolu, du parégorique, de l'esprit de menthe et de la glycérine; ils se vendaient cinq sous chacun. Ajouter deux tasses de sucre et de l'eau chaude pour faire 40 onces. Laisser refroidir. Prendre une cuillerée à thé trois à quatre fois par jour.
« *Très bon!* »



Mélanger une mesure de brandy et deux mesures de miel. Prendre une cuillerée à soupe de ce mélange à toutes les heures. Certains malades ajoutaient une pincée de gingembre.



Sirop contre le rhume

Prendre un gros morceau de gomme d'épinette. Ajouter une quantité égale d'eau-de-vie. Baptiser d'un peu d'eau. Le liquide devient blanc. Embouteiller et prendre une gorgée au besoin.

Siroop contre la toux

2 tasses d'eau

1 gros oignon râpé

3 cuillerées à table de miel

2 cuillerées à thé de jus de citron

1 cuillerée à table de thym

Faire bouillir de 20 à 30 minutes et couler. Quand on tousse, en prendre une gorgée.



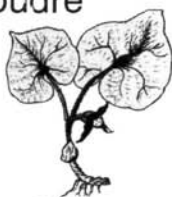
Siroop contre la toux

2 cuillerées à soupe de gingembre en poudre

4 cuillerées à soupe de miel

1 cuillerée à soupe de beurre

Mélanger. Quand on tousse, en prendre une cuillerée à thé.



gingembre sauvage



Siroop

1 cuillerée à soupe de glycérine

1 cuillerée à soupe de miel

1 cuillerée à soupe de citron

1 cuillerée à soupe de gin

Prendre une cuillerée à soupe quatre fois par jour.



Pour mieux respirer

Couper un oignon en deux et placer à la tête du lit.

«Les anciens racontaient que l'oignon avait la propriété de chasser les virus et les microbes et empêchait les rhumes.»

Ponce ⁴

1 cuillerée à thé de liniment **Rundles** ⁵

1/2 tasse d'eau chaude

1 cuillerée à thé de sucre ou de miel

Prendre au besoin. Il est préférable de boire cette ponce au coucher car ça fait transpirer. «*Un colporteur passait de saison en saison pour vendre du Rundles et d'autres produits et onguents.*»



Sirop contre le rhume

1 tasse de miel

1 cuillerée à soupe de **Pain Killer** ⁶

1/2 citron (jus)

1 cuillerée à soupe de brandy

Mélanger le tout et en prendre une cuillerée à soupe quatre fois par jour.



Pour une toux tenace, mélanger une cuillerée à soupe de mélasse Black Strap et une cuillerée à soupe de gingembre. Laisser fondre lentement dans la bouche et avaler.

4. **ponce** : boisson chaude à base d'alcool qu'on absorbe quand on est grippé ou quand on arrive du froid.

5. **Rundles** : liquide rouge. Ce produit était vendu par la compagnie Rawleigh. En le vidant dans l'eau, il devenait blanc. Cela émerveillait tous les gens.

6. **Pain Killer** : liquide brun, très fort, vendu chez le marchand général.

Huile camphrée

Frotter l'estomac et le dos avec de l'huile camphrée. Pour faire de l'huile camphrée, faire fondre du camphre dans de l'huile d'olive ou de l'huile d'oie.

«Le camphre avait la propriété de protéger contre les maladies contagieuses. Les anciens mettaient un peu de camphre dans une pochette qu'ils suspendaient sur la poitrine en vue de se protéger des maladies. On achetait le camphre en petits cubes au magasin général ou d'un colporteur.»



Chauffer une cuillerée à soupe de soufre pour trois cuillerées à soupe de mélasse. Refroidir. En prendre une cuillerée à soupe tous les matins.



Faire bouillir trois oignons coupés en tranches dans une demi-pinte d'eau. Couler et sucrer avec du miel. Boire de petits verres plusieurs fois par jour.



Faire respirer au malade de l'oignon cru plusieurs fois par jour. Agit comme décongestionnant et désinfecte le nez et les poumons.



Manger du miel tous les jours, de l'automne au printemps. Vous n'aurez pas le rhume.

Siroop de Jeannette

4 citrons

4 gros œufs

Laver les œufs et les citrons. Piquer les œufs plusieurs fois avec une aiguille. Trancher les quatre citrons. Dans un bol de verre, recouvrir les œufs troués avec les tranches de citrons. Couvrir.

Laisser fermenter sur l'armoire de cuisine pendant 48 heures. Couler.

Ajouter

6 onces de brandy

4 onces d'huile de foie de morue

1 tasse de miel

Mélanger et bien brasser. Embouteiller et placer au froid pour huit jours. Brasser souvent pour que l'huile de foie de morue se mélange bien. En boire un petit verre deux fois par jour. Prendre l'hiver, comme tonique ou si vous avez le rhume. *« Cette recette de sirop m'a été donnée par un médecin du temps de ma jeunesse. Je suis vieille aujourd'hui. Ma belle-sœur a été guérie de la consommation en prenant ce sirop. »*



Frotter le dos et le cou avec une petite quantité d'huile à lampe. *« Tenez-vous loin des flammes et de l'être cher. »*

Ponce ⁷ à la graine de thé ou **wintergreen** ⁸

Faire bouillir quelques minutes les feuilles et les petits grains rouges de wintergreen dans un peu d'eau. Couler et sucrer au goût. Prendre au besoin.



thé des bois
ou wintergreen



Ponce au gingembre

Ébouillanter une cuillerée à thé de gingembre moulu dans une grosse tasse d'eau. Sucrer au goût. Boire avant d'aller dormir.



Placer une couche d'onguent à la moutarde, un onguent rouge, entre deux bandes de flanelle. Placer sur la poitrine.



Humecter de térébenthine deux bandes de flanelle. Placer sur la poitrine pour une vingtaine de minutes. *«Il semblerait que, le lendemain, quand la personne crachait, elle avait le goût de térébenthine dans la bouche.»*

7. **ponce** : boisson chaude à base d'alcool qu'on absorbe quand on est grippé ou quand on arrive du froid.

8. **wintergreen** : le wintergreen se vendait aussi en bouteille. C'était un liquide clair, verdâtre. Il sentait bon mais était un poison. Il ne fallait jamais le prendre pur. Les gens s'en servaient pour faire des huiles et des onguents.

Brûlures et engelures

Mélanger des graines de houblon écrasées avec de la graisse de lard. En faire un cataplasme sur les brûlures. *«Ma mère gardait toujours un jar⁹ de cet onguent au cas où les enfants se brûleraient.»*



Faire fondre un demi-cierge béni avec un peu d'huile d'olive. Brasser jusqu'à ce que le mélange devienne une pâte molle. Garder dans un pot fermé. Étendre sur la partie brûlée ou gelée. *«On en avait toujours sous la main car les lampes à l'huile et le poêle à bois causaient souvent des brûlures aux enfants et aux imprudents.»*



Mêler du jus d'oignon à de l'huile d'olive ou d'oie. Appliquer sur la peau et recouvrir d'un linge propre. *«On gardait toujours l'huile qui se formait autour du chaudron lors de la cuisson des oies.»*



Verser de l'huile à lampe sur la brûlure et l'envelopper d'un linge propre. *«L'huile à lampe était utilisée pour calmer la souffrance.»*

9. jar : pot.

Calculs¹⁰ aux reins

«**U**n de nos voisins souffrait de mal de rein. Il est venu chez nous. Mon mari cultivait des citrouilles dans le jardin. Celui-ci lui a proposé de boire de la tisane de graines de citrouilles. Le voisin, bien décidé d'essayer n'importe quoi, a fait cuire les graines, les a écrasées et a bu le jus. À sa grande surprise, il a passé dans son urine des pierres grosses comme un pois. Toujours est-il que son mal de rein a disparu!»



«**C**hez nous, on élevait des poules pour la viande. À chaque automne, quand on tuait les poules, les frères venaient chercher les gésiers. Ils prenaient la peau du dedans des gésiers, la faisaient cuire et buvaient le jus. C'était leur remède contre les calculs aux reins. Je n'ai jamais rencontré de religieux pour leur demander si cela était vrai.»



citrouille

10. **calculs** : pierres.

Clou¹¹

Placer le goulot d'une bouteille remplie d'eau chaude sur le clou. Quand la vapeur tire le germe du clou, briser la bouteille avec un marteau. «*Très souffrant... mais garanti! On ne le refait jamais une deuxième fois.*»



Recouvrir le clou de la petite peau sous la coquille d'un œuf. Laisser jusqu'à l'aboutissement.



Appliquer de l'oignon cuit et encore chaud. Ceci fait aboutir les clous et enlève l'infection.



Appliquer un peu de térébenthine sur le clou. Il ne revient pas.



Envelopper le clou avec des feuilles de tabac canadien. Recouvrir d'un coton propre. Laisser jusqu'à ce que le germe sorte.

11. **clou** : furoncle.

Coqueluche

Faire bouillir de l'écorce d'aulne dans une quantité égale d'eau. Couler et sucrer à volonté avec du miel. Prendre une cuillerée à soupe de ce sirop pour soulager la toux.



Faire bouillir quelques minutes une petite quantité de fumier de mouton dans un peu d'eau. Couler ce mélange dans un coton et sucrer avec du sirop de blé d'Inde. Prendre une cuillerée à soupe au besoin. *«Il ne fallait pas être dédaigneux!»*



Tremper des graines de lin dans un peu de brandy. Il ne faut pas exagérer les quantités. *«Cette boisson causait une purgation du corps. Les aïeux croyaient que la purgation débarrassait le corps du microbe de la coqueluche.»*



Ponce ¹² de gin chaud

Faire chauffer une once de gin et prendre au coucher.

12. **ponce** : boisson chaude à base d'alcool qu'on absorbe quand on est grippé ou quand on arrive du froid.

Croyances

Aller chercher trois tranches de pain boulangé par une femme dont le nom de famille est le même que celui de son mari mais sans aucun lien de parenté. Faire manger ces trois beurrées au malade. «Infaillible.»

Faire traverser un cours d'eau en bateau au malade. Il ne doit pas avoir de lien avec la terre. La personne ne doit donc pas être sur un pont. Il faut que l'eau coule autour du malade.



lin

Démangeaison ou rif¹³

Laver la vaisselle avec de l'eau non savonneuse. Laisser refroidir. Prendre le gras qui se forme autour du plat et frotter les démangeaisons du bébé.

Diabète

Faire bouillir les *caboche*s rouges du vinaigrier dans de l'eau. En boire plusieurs fois par jour ou au besoin.



vinaigrier

Diarrhée

Faire bouillir des tiges et des feuilles de framboisiers sauvages dans de l'eau. Couler et boire la tisane au besoin.



Prendre une cuillerée à soupe de fécule de maïs suivi d'un grand verre d'eau. «*Attention de ne pas s'étouffer.*»



Manger du fromage.

13. rif : rougeur ou irritation de la peau des bébés. Les gens disaient que cela dépendait du lait que le bébé buvait.

Eau de riz

Faire bouillir deux cuillerées à soupe de riz dans quatre tasses d'eau. Deux verres de ce jus sont recommandés pour soulager la diarrhée. On s'en servait souvent pour guérir la diarrhée chez les bébés.



Extrait de fraises

Ce remède était à base de fraises des champs. Il s'achetait au magasin général pour la somme de quinze à vingt cents la bouteille.



Les ancêtres achetaient une petite bouteille de **rennette**¹⁴ à la fromagerie du village. Ils en prenaient une à deux cuillerées à soupe pour soulager la diarrhée.



Pour les crampes et le mal de ventre, on réchauffait au four un petit sac de grains d'avoine ou de blé et on le plaçait sur le ventre du malade. La chaleur soulageait. On utilisait souvent du gros sel au lieu de céréales.



«**M**on bébé souffrait d'une grosse diarrhée et un voisin m'avait suggéré de lui donner quelques gouttes d'huile de castor. Je n'avais pas confiance. Croyez-le ou non, mon bébé a été guéri.»

14. **rennette** : présure; produit dont les fromagers se servaient pour faire *tourner* ou cailler le lait afin de produire le fromage. La rennette était faite à partir du premier estomac d'un veau de lait.

Entorse

Entourer l'entorse avec un cordon en peau d'anguille. Pour obtenir de la *babiche* d'anguille et en faire des cordons, on gardait la peau de l'anguille des rivières. On l'étendait sur une planche pour l'étirer et la faire sécher. Ainsi, on obtenait un beau cuir mince et lisse. Pour le rendre mou et flexible, on l'enduisait d'huile. On le coupait en lisières d'un pouce. C'est ce qu'on appelait de la *babiche*.



«**M**on père se servait de la *babiche* d'anguille pour envelopper les entorses des chevaux. Je me souviens que les animaux guérissaient en peu de temps.»



Placer une couenne de lard salé sur l'entorse. Recouvrir d'un coton blanc. Laisser jusqu'à guérison. On ne se souvient pas si on devait changer la couenne de temps en temps.

Croyances

Demander à une femme enceinte de prendre une corde et d'entourer l'entorse. Avec la corde, elle doit faire autant de nœuds qu'il lui reste de mois à attendre pour accoucher. S'il lui reste trois mois, elle doit faire trois nœuds. À l'arrivée du bébé, le patient peut enlever la corde et son entorse sera guérie.

Fièvre

Couper en tranches une patate crue, épluchée. Placer sur le front du malade fiévreux et entourer d'un coton propre. Remplacer celle-ci quand elle se réchauffe. Certains malades saupoudraient les patates de poivre noir. Très bon aussi pour les maux de tête. Quand la tranche devenait noire, on disait que c'était la fièvre qui entraît dans la patate.



Faire bouillir de l'**herbe à dinde**¹⁵ séchée dans une quantité égale d'eau. Passer au tamis et en faire une tisane. Boire au besoin. Servir chaude ou froide.



Faire tremper les pieds dans un bassin d'eau très chaude. Il ne faut pas oublier d'ajouter de la moutarde sèche à cette eau. Le malade doit transpirer de dix à quinze minutes et aller se coucher dans des couvertures de laine pure.



Bouillir et laisser tremper sur le poêle des plants d'absinthe séchés et coupés en morceaux dans une quantité égale d'eau. Couler dans un coton à fromage. Boire cette tisane au besoin. On recommande d'en boire trois à quatre tasses par jour.

15. **herbe à dinde** : nom vulgaire du mille-feuilles.

Mélanger avec un peu d'eau chaude des petits fruits sauvages comme des **gadelles** ¹⁶. En boire trois cuillerées à thé, trois fois par jour. Les boissons acides sont très bonnes pour les personnes fiévreuses.



Mélanger une cuillerée à thé de **ricotine** ¹⁷ ou racicotine avec un peu d'eau chaude. En boire le matin.



Varvelle ¹⁸

Faire bouillir les fruits ou graines de la varvelle avec de l'eau. Couler et boire le jus à raison d'une demi-tasse, trois fois par jour. «*La varvelle rouge, qui pousse sur le bord d'un ruisseau, est la plus efficace.*»



Placer une demi-tranche d'oignon sous les pieds du malade. Lui faire enfiler une paire de bas. Le faire coucher. Changer l'oignon au besoin.

16. **gadelles** : fruits à grappe de la famille des groseilles.

17. **ricotine** : cristaux roses granulés semblables à du sucre. Le goût était très âcre. Les gens racontent que plusieurs cas de grippe espagnole ont été guéris par ce remède.

18. **varvelle** : verveine.

Cataplasme

Mélanger de la farine, de l'eau et du poivre. En faire une pâte molle. Couper une guenille en trois bandes, une grande et deux petites. Couvrir les bandes de pâte. Placer la grande sur le front du patient fiévreux et les deux petites sur les tempes. Quand le cataplasme devient sec, le changer.

«On appelait souvent la grippe espagnole la fièvre noire. Ce surnom venait du fait qu'aussitôt que le malade mourait, son corps devenait noir.»



oignon

Grossesse

«La grossesse était presque toujours cachée. Personne n'en parlait. Les futures mères ne se plaignaient jamais de leurs malaises car ce sujet était peu discutable. Elles enduraient donc leur mal. Les enfants savaient que leur mère était enceinte quand elle commençait à porter un tablier plissé à la taille. Pour renforcer les femmes enceintes, on préparait ces toniques.»

Boire un petit verre de bière brune ou de Porter avant les repas.



Boire un verre de lait avec une cuillerée à thé de brandy le matin ou le soir avant le coucher. On disait que ceci empêchait de vomir en plus de renforcer.



Boire un verre de bière brune ou de Porter dans lequel on aura mélangé un œuf cru.



Prendre les petites pilules rouges pour femmes faibles. On les achetait au magasin. Elles servaient à renforcer la santé de la future mère.

Haute pression (Haute tension artérielle)

Manger quelques gousses d'ail tous les jours. L'ail des bois cueilli au début de mai est le meilleur. *«Nos anciens connaissaient plusieurs façons de conserver l'ail des bois. Chaque famille avait ses trucs et ses recettes. La plupart marinaient les gousses d'ail dans du vinaigre et du gros sel.»*



ail

Hémorroïdes

Étendre avec une plume d'oie une petite quantité d'esprit de térébenthine sur l'hémorroïde. *«Ne soyez pas trop généreux! Préparer un bain d'eau froide au cas où le feu deviendrait trop chaud! Nous n'encourageons personne à l'essayer car nous pourrions nous faire des ennemis.»*



Faire bouillir des poireaux. Couler dans un tamis et prendre un bain de siège avec cette eau.



Appliquer de l'onguent camphré avant le coucher.



Couvrir les hémorroïdes d'**onguent D^r Chase** ¹⁹.

19. **onguent D^r Chase** : onguent blanc, opaque, disponible chez le marchand général. L'onguent était vendu dans une boîte de fer blanc peinte en jaune.

Herbe à puce et piqûres d'insectes

Pour enlever la démangeaison, laver les parties irritées du corps avec une solution de *sel à médecine* et d'eau.



Faire bouillir des feuilles de fougère des bois dans de l'eau. Refroidir et couler. Appliquer le liquide obtenu sur les rougeurs. Ceci empêche la démangeaison et sèche les plaies. Ce mélange est aussi efficace pour empêcher l'infection.



Après un contact avec l'herbe à puce, se laver avec de l'eau chaude et du savon de pays. On dit que l'huile secrétée de la plante est responsable des démangeaisons.



herbe à puce et fruits



Appliquer le lait de la plante du **cotonnier** ²⁰. «*Très efficace contre les piqûres de guêpes à papier.*»



Pour soulager et empêcher de se gratter, laver les rougeurs avec de la **whey** ²¹.

20. **cotonnier** : petits moutons; asclépiade commune, plante aux fleurs roses.

21. **whey** : petit lait obtenu après la fabrication du fromage.

Croyances

Les ancêtres disaient que si une personne attrapait l'herbe à puce, elle en souffrait chaque année pour sept ans de suite.

Prendre une tige d'herbe à puce et la suspendre à une clôture. Quand le plant est sec, la démangeaison cesse. Ne pas oublier de porter une mitaine ou de couvrir la main pour arracher le plant car vous pourriez avoir des surprises.

Ma mère possédait un don pour guérir l'herbe à puce. Quand des personnes venaient se faire soigner, elle leur donnait une petite bouteille d'eau colorée rose pour frotter les éruptions. Il fallait avoir confiance et ne jamais remercier. Elle ne m'a jamais dévoilé son secret. Comme c'était un don, les filles ne pouvaient pas en connaître le secret. On dit qu'elle ne pouvait le donner qu'à un de mes frères. J'ai toujours pensé que ce n'était que de l'eau et du colorant à gâteau. Je ne le saurai jamais; je suis trop vieille à présent.

Infection

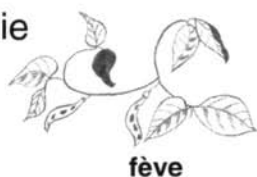
Faire tremper un morceau de pain blanc dans du lait chaud. Placer le pain sur la plaie infectée. Recouvrir d'un linge propre. Laisser jusqu'à ce que le pus sorte.



Placer un morceau de bouse de vache sur la plaie ou la blessure infectée. Recouvrir d'un coton propre. Laisser jusqu'à disparition de l'infection. *«Mon père l'a essayé sur une plaie à la patte de notre cheval. Cela a réussi. Au bout de quelques jours, notre cheval ne boitait plus.»*



Pour empêcher l'infection d'une plaie causée par un clou rouillé, entrer une **bean**²² dans le trou. Laisser jusqu'à ce que vous la perdiez.



Envelopper la plaie avec des feuilles de tabac canadien. Recouvrir d'un coton propre. Laisser jusqu'à ce que la plaie se ferme.



Appliquer de l'iode brun tout de suite après s'être coupé ou blessé. Ceci enlève le risque de bactéries qui peuvent causer les infections.

22. **bean** : fève.

Chauffer du vinaigre et ajouter du gruau d'avoine pour en faire une pâte. Étendre entre deux cotons. Placer aussi chaud que possible sur l'infection. Remplacer quand l'emplâtre refroidit. Dans deux jours l'infection est partie.



Envelopper un peu de glaise bleue dans un coton propre. Placer sur la plaie infectée jusqu'à guérison. On allait quérir la glaise bleue sur le bord de la rivière.



Quand une personne avait une plaie qui s'infectait ou un empoisonnement de sang, on allait à la rivière chercher des sangsues. On plaçait les sangsues sur la plaie infectée jusqu'à ce qu'elles sucent le poison. *«Les sangsues noires étaient les plus efficaces.»*



Cataplasme de couenne de lard

On mettait une couenne de lard salé sur une plaie causée par une broche ou un clou rouillé. On disait que le lard attirait l'infection logée à l'intérieur.



Laver la plaie. Couvrir de gomme d'épinette et d'un linge propre. *«Les aïeux avaient une grande confiance dans la gomme d'épinette. Ils croyaient qu'elle agissait comme un antiseptique. On avait reçu cette croyance des Indiens qui l'utilisaient pour tous les maux.»*

Insomnie

Ébouillanter une cuillerée à thé de graines de pavot et boire la tisane avant le coucher. On se servait aussi de cette tisane pour soulager les coliques des bébés.



pavot



Se promener à l'air frais quelques heures avant le coucher.



Boire un verre de lait tiède avant le coucher.



Boire une cuillerée à soupe de gin ou de whisky blanc dans une demi-tasse d'eau chaude.

Jaunisse

Sirop

Dans un chaudron, faire bouillir des *caboches* de houblon dans de l'eau. Couler et filtrer dans un coton à fromage. Sucrer avec du miel ou du sucre. Boire un quart de tasse de cette tisane plusieurs fois par jour.

Maux de dents

Mettre une goutte de **Rundles**²³ dans la dent creuse. Remplir le trou avec de l'ouate propre. Répéter au besoin.



Frotter la gencive avec du brandy ou du whisky blanc afin d'endormir le mal.



Appliquer une bouillotte d'eau chaude sur le côté du mal. Endurer le plus longtemps possible.

Croyances

Le soir, déchausser le pied gauche le premier. Le lendemain matin, chausser le pied gauche le premier. Croyez-le ou non!

Pour soulager les maux de dents, sucer un caillou qui provient d'une nouvelle tombe.

23. **Rundles** : liquide rouge. Ce produit était vendu par la compagnie Rawleigh. En le vidant dans l'eau, il devenait blanc. Cela émerveillait tous les gens.

Maux d'estomac et indigestion

Mélanger une petite quantité de **soda à pâte** ²⁴ et du vinaigre dans un verre d'eau. Boire quand ça bouillonne. On peut ajouter de la cassonade pour donner un meilleur goût. C'est excellent pour une mauvaise indigestion.



Boire de l'eau chaude entre les repas. L'eau purifie le foie.



Mélanger un peu de sel et de soda à pâte dans un verre d'eau tiède. Boire **tranquillement** ²⁵. Cette potion fait vomir et soulage l'indigestion.



Pour éviter les indigestions et les maux d'estomac, mâcher des feuilles d'absinthe avant chaque repas.



absinthe

24. **soda à pâte** : bicarbonate de soude.

25. **tranquillement** : lentement.

Maux de gorge et amygdalite

Préparer une solution d'iode en mélangeant une dizaine de gouttes d'iode dans trois onces d'eau. Gargariser une fois seulement parce que l'iode est un poison. Faire attention de ne pas en avaler. Cette recette était utilisée dans les cas d'amygdalite. Elle a empêché plusieurs empoisonnements et même des opérations.



Diluer une demi-cuillerée à thé de sel dans un verre de trois onces d'eau. Gargariser. Recommencer plusieurs fois par jour.



Faire bouillir de l'écorce d'épinette rouge dans une quantité égale d'eau. En faire une tisane. Boire de cette tisane trois à quatre tasses par jour. On peut la sucrer avec de la mélasse ou du miel blanc.



Mâcher de la gomme d'épinette rouge.



Ajouter une goutte d'**huile électrique**²⁶ dans une cuillerée à thé de sucre. Laisser fondre dans la bouche. Prendre au besoin.

26. **huile électrique** : huile électrique; genre d'alcool que les gens considéraient capable de guérir toutes les maladies.

Rien de meilleur pour le mal de gorge ou le mal de bouche que de mâcher des racines de **sawiyanne** ²⁷.



Gargariser avec un peu d'huile à lampe. «*S'il vous plaît, ne pas respirer près d'une chandelle allumée.*»



savoyane

27. **sawiyanne** : savoyane; petite plante sauvage à feuilles luisantes qui pousse sur une butte ou dans un marécage bas et trempé. Sa racine jaune est de la grosseur du fil n° 10. Cette plante curative dont le nom et la prononciation diffèrent de région en région était souvent employée en médecine.

Maux d'oreilles

Laisser tomber quelques gouttes d'urine de porc dans l'oreille malade. Répéter au besoin.



Souffler de la fumée de pipe bourrée de tabac canadien dans l'oreille. Remplir l'oreille de fumée et la boucher avec une ouate. Ceci enlèvera la douleur et empêchera de souffrir.



Remplir une bouteille d'eau très chaude. Couvrir d'un bas de laine propre. Coucher le patient et placer la bouteille sur son oreille malade. Remplacer l'eau quand elle refroidit.



Frotter le tour de l'oreille avec de l'**huile électrique** ²⁸. En mettre une goutte sur une ouate et placer dans l'oreille malade.



Placer un petit oignon cuit et encore chaud au bord du conduit de l'oreille. Vous éprouverez un soulagement tout de suite.

28. **huile électrique** : huile électricque; genre d'alcool que les gens considéraient capable de guérir toutes les maladies.

Maux de tête

Placer une bouillotte d'eau chaude sur le front de la personne. Elle doit s'étendre pour se reposer.



Placer des linges trempés d'eau froide sur le front et les tempes. Changer quand ceux-ci se réchauffent.



Comme pour la fièvre, placer des tranches de patates sur le front et les tempes. Changer quand elles deviennent tièdes.



Enrouler une bande de coton serrée sur le front et autour de la tête.



Pour prévenir les maux de tête, ne jamais aller au froid ou au gros soleil nu-tête.



fraisier

Montée de lait ou sevrage

Serrer une ceinture en dessous des seins. Afin de ne pas empêcher la circulation, placer un petit morceau de bois sous la ceinture, entre les seins. Enduire de beurre le bout des mamelons. Garder jusqu'à ce que la montée de lait soit passée.



Prendre une bonne purgation de *sel à médecine* ou d'*huile de castor*.



Appliquer des compresses d'eau chaude sur les seins.

Paralysie

Recouvrir le malade de glaise bleue. Laisser durcir quelque temps, préférablement une nuit, et enlever. On croyait que le froid guérissait.



Placer des sangsues sur la partie du corps paralysée. Laisser quelques heures.



À l'automne, ramasser des fleurs d'immortelles. Laisser sécher. Faire bouillir quelques instants dans de l'eau de source. Boire plusieurs tasses par jour.

Pleurésie et fluxion de poitrine

Mouche²⁹ de moutarde

un peu de graisse de lard
un peu de moutarde sèche

Mélanger ensemble pour faire une pâte. Étendre sur un coton et recouvrir d'un autre coton. Poser sur l'estomac ou dans le dos du malade. On peut recouvrir d'un morceau de flanelle. Garder plusieurs heures. *«Très bon pour décongestionner et peut même empêcher une inflammation des poumons.»*



Mouche de graines de lin

1 tasse de graines de lin
1 tasse ou plus d'eau

Faire cuire pour ramollir les graines de lin. Refroidir. Étendre cette pâte gélatineuse entre deux cotons. Placer sur l'estomac durant une nuit.



Mélanger de la moutarde sèche avec des blancs d'œufs crus. Faire une pâte et s'en servir comme cataplasme. Garder sur l'estomac ou dans le dos pendant quelques heures. Bien se couvrir afin de ne pas attraper du froid. *«La moutarde sèche avait la propriété de faire transpirer beaucoup. On croyait que le méchant³⁰ sortait par la transpiration. La meilleure moutarde était celle qui était vendue par la compagnie Keen's.»*

29. **mouche** : cataplasme.

30. **méchant** : maladie.

Poux de tête et de corps

«À l'époque de nos ancêtres, les gens étaient souvent infestés de poux. On disait que les bûcherons, à cause de la malpropreté, les apportaient du chantier. Les malades rapportaient les poux de l'hôpital aussi.»

Laver les cheveux et enduire le cuir chevelu d'huile à lampe. Envelopper la tête d'un linge propre et laisser toute une nuit. Le lendemain, laver les cheveux avec du savon de pays. Peigner avec un peigne fin afin d'enlever les lentes. Recommencer au besoin.



Frotter le cuir chevelu avec de l'huile **wintergreen** ³¹. Laver les cheveux et passer le peigne fin. *«Le vendredi soir, ma mère nous frottait les cheveux et le cuir chevelu avec de l'huile wintergreen. Elle nous enveloppait la tête d'un linge propre pour la nuit. Le lendemain elle nous lavait les cheveux. Elle croyait vraiment que ce traitement était préventif. Il faut dire que nous n'avons jamais eu de poux. Les enfants, à l'école, nous disaient même que nos cheveux sentaient toujours bon.»*

31. **wintergreen** : le wintergreen se vendait aussi en bouteille. C'était un liquide clair, verdâtre. Il sentait bon mais était un poison. Il ne fallait jamais le prendre pur. Les gens s'en servaient pour faire des huiles et des onguents.

Prendre de la graisse douce, en mélanger avec un peu de **Vert de Paris** ³². Frotter une petite quantité dans les cheveux, au chignon, aux tempes et derrière les oreilles. Envelopper la tête d'un coton durant une nuit. Le lendemain, laver les cheveux. Cet onguent tuait les lentes.



Poux de corps

Les personnes qui ne se lavaient pas attrapaient des poux de corps. Ceux-ci étaient plus gros et plus foncés que les poux de tête. Ils se logeaient dans les **combines** ³⁴ de laine. Souvent pour s'en débarrasser, on devait se **clipper** ³⁵ le corps partout et ébouillanter les combines. «*J'ai entendu dire que la fièvre pouvait causer des poux. Je ne le sais pas. Les poux de tête n'étaient rien à comparer aux poux de corps.*»



menthe du Canada

32. **Vert de Paris** : poudre verte dans une boîte de fer-blanc ronde. Cette poudre mélangée à de l'eau servait à tuer les **bugs** ³³ à patates.

33. **bugs** : *bébites à patates*; insectes qui dévorent les tiges et les feuilles des pommes de terre.

34. **combines** : sous-vêtements, combinaisons.

35. **clipper** : raser.

Purgation

Mélanger ensemble une cuillerée à soupe de mélasse noire Black Strap et une cuillerée à soupe de soufre. En prendre deux fois par jour. *«Surveiller vos petites culottes! La mélasse Black Strap était toujours utilisée car elle n'était pas raffinée.»*



Prendre des **pilules d'herbes d'indigènes** ³⁶ vendues chez le marchand général. Elles **faisaient marcher le corps** ³⁷.



Diluer une cuillerée à thé de *sel à médecine* dans un verre d'eau tiède. Ne pas dépasser la dose! On disait de ne pas prendre de *sel à médecine* l'hiver car cela refroidissait le sang.



Boire de l'**eau de Riga** ³⁸ sans la diluer. *«On achetait une bouteille d'eau de Riga chez l'apothicaire. Le prix de ce remède était de 25 cents la bouteille. Voilà le tonique idéal pour le changement des saisons.»*



Prendre une cuillerée à soupe d'*huile de castor* avant le coucher. *«Les anciens croyaient que l'huile de castor venait du castor. En fait, elle est extraite de la graine des plantes de ricin.»*



36. **pilules d'herbes d'indigènes** : pilules blanches de la grosseur d'une tête d'épingle.

37. **faisaient marcher le corps** : agir comme laxatif.

38. **eau de Riga** : liquide clair comme de l'eau.

Plusieurs achetaient des **pilules fruitatives** ³⁹. «*Ces pilules avaient très bon goût. Souvent, les enfants les confondaient avec des bonbons. Un jour, mon neveu jouait à la communion avec ses cousins et ses cousines. Ils ont trouvé la boîte de pilules fruitatives dans un tiroir. Mon neveu en a mangé plusieurs. Il en est mort.*»



Échauder et laisser bouillir des branches de **sapinage** ⁴⁰, du buis et du sapin, dans une quantité égale d'eau. Vous pouvez sucrer la tisane. Couler et embouteiller. «*Bon pour les jeunes et les vieux.*»



Mâcher de la gomme de sapin ou d'épinette.

Croyance

Les ancêtres accordaient une croyance exagérée aux bienfaits de la purgation sur la santé. On disait que c'était un antidote. Au printemps et à l'automne, tous les membres de la famille devaient se nettoyer le sang et se laver le dedans du corps. Ceci voulait dire que chacun avait droit à la recette miraculeuse purgative de *mémère*.

39. **pilules fruitatives** : petites pilules blanches à base de fruits achetées chez le marchand général ou d'un colporteur. Les pilules se vendaient dans une petite boîte ronde en bois, de la grosseur et de la longueur d'un pouce.

40. **sapinage** : conifère.

Rhumatisme et arthrite

Tisane d'ortie

Faire bouillir des feuilles d'ortie dans de l'eau. Couler. Boire deux tasses par jour pour quelques jours, ensuite une tasse tous les jours jusqu'à guérison.



ortie



Frotter le membre affecté avec du **liniment Minard** ⁴¹.



Frotter avec de l'**huile électrique** ⁴² rouge.



Frotter avec du **Sloan Liniment** ⁴³.



Sirop de graines de lin

Mélanger deux parties d'eau pour une partie de graines de lin. Faire bouillir une demi-heure. Prendre pur ou sucrer avec du miel ou de la mélasse. Boire un demi-verre trois fois par jour ou au besoin.

41. **liniment Minard** : liquide blanc très fort. Il ne fallait pas le respirer parce que ça chauffait le nez.

42. **huile électrique** : huile électricque; genre d'alcool que les gens considéraient capable de guérir toutes les maladies.

43. **Sloan Liniment** : liquide brun plus fort que le Rundles. Les gens pouvaient se le procurer au magasin général.

Afin d'attendrir les nerfs et les muscles endoloris, se frotter avec de l'huile de **bête puante** ⁴⁴ parfumée. *«On achetait cette huile chez le marchand général et on y ajoutait quelques gouttes de parfum. Les plus anciens tuaient la bête puante et ramassaient l'huile qui est très grasse. Il ne faut pas s'y méprendre, l'huile de bête puante n'a pas d'odeur.»*



Frotter le patient avec de l'huile de **wintergreen** ⁴⁵. Cette huile sentait le bonbon. *«On l'achetait chez le marchand général.»*



Ramasser de l'écorce de frêne, prise en bas de l'arbre. Faire bouillir dans un chaudron avec de l'eau. Prendre au moins huit tasses de cette tisane par jour. Certains malades sucrèrent le mélange et y ajoutaient de l'essence.



Placer une couche d'onguent à la moutarde (onguent rouge) entre deux bandes de flanelle. Placer sur l'endroit où la personne souffre.

Croyance

Placer une petite patate dans la poche du pantalon ou du tablier de la personne atteinte. Au fur et à mesure que la patate ratatine, le mal disparaît.

44. **bête puante** : mouffette.

45. **wintergreen** : le wintergreen se vendait aussi en bouteille. C'était un liquide clair, verdâtre. Il sentait bon mais était un poison. Il ne fallait jamais le prendre pur. Les gens s'en servaient pour faire des huiles et des onguents.

Tranchement d'urine⁴⁶

En cas de tranchement d'urine, faire bouillir quelques minutes, dans l'eau, des racines de chiendent. Passer au tamis et en boire de trois à quatre tasses par jour. On peut servir cette tisane chaude ou froide.



Faire bouillir des graines de citrouille dans un peu d'eau. Boire ce jus à raison de trois à quatre tasses par jour.



Enlever l'écaïlle des graines de citrouilles séchées. Manger trois à quatre cuillerées à table des amandes par jour.



Manger de l'oignon cru à tous les jours.



Vin d'oignon

1 tasse d'oignons crus hachés

1/2 tasse de miel

1 1/4 tasse de vin de pissenlits

Mélanger le tout. Prendre deux à quatre cuillerées à soupe de ce vin par jour.

46. **tranchement d'urine** : infection de vessie.

Pour un enfant qui mouille son lit

Attraper une souris. La faire bouillir dans environ deux tasses d'eau. Faire boire le bouillon. L'enfant ne mouillait plus son lit. *«Nous ne savons pas si c'était le bouillon ou la peur qui guérissait l'enfant.»*



pin

Verrues et cors

Pour faire partir une verrue, prendre une feuille de **cotonnier** ⁴⁷ et étendre le lait qui en sort sur la verrue. Laisser sécher et répéter jusqu'à disparition.



Recouvrir la verrue d'un peu de **caustique** ⁴⁸. Laver à l'eau chaude. «*Très fort! Peut brûler les os. Soyez prudent.*»



Frotter la verrue avec un peu d'esprit de térébenthine. «*Soyez prudent car la térébenthine est très forte.*»



On employait souvent le **Sloan Liniment** ⁴⁹, qu'on achetait au magasin. Le traitement pour les cors aux pieds était le même que pour les verrues.



Frotter la verrue sur le nez d'un petit cochon.



Frotter la verrue souvent avec une tranche d'oignon cru.

47. **cotonnier** : petits moutons; asclépiade commune, plante aux fleurs roses.

48. **caustique** : *lessi*; lessive obtenue lors de la fabrication du savon domestique et qui, dans le chaudron, se trouve entre le savon formant la partie supérieure et la potasse déposée au fond du chaudron. La lessive peut aussi être obtenue à partir de la cendre de bois franc.

49. **Sloan Liniment** : liquide brun plus fort que le Rundles. Les gens pouvaient se le procurer au magasin général.

Imbiber la verrue d'*huile de castor*. Envelopper d'un linge propre. Répéter jusqu'à disparition. «*On employait l'huile de castor pour guérir les cors aux pieds aussi.*»



Attacher la verrue avec un fil blanc n° 10. Faire le nœud serré et couper les bouts de fil. Dans une semaine, la verrue aura disparu.



Imbiber la verrue avec de la peinture à l'eau bleue ou rouge. Laisser une nuit. Recommencer jusqu'à disparition. Il ne faut pas changer de couleur durant le traitement. Si on commence avec le bleu, il faut continuer avec le bleu. La même chose pour le rouge.

Croyances

Frotter la verrue avec un pois sec trois fois sur un bord, trois fois sur l'autre bord. Jeter le pois derrière soi pour le perdre. Malheur à celui qui trouve le pois et le mange. La verrue disparaît en quelques jours.

Frotter la verrue avec un morceau de patate. Jeter le morceau de patate derrière soi. Ne pas regarder où il tombe car la verrue ne partira pas.

Faire le tour de la verrue avec une épingle droite. Jeter l'épingle sans regarder. Au bout de quelques jours, la verrue aura disparu. Les guérisseurs employaient cette méthode.

Vers

Manger une cuillerée à soupe d'amandes de graines de citrouilles le soir avant le coucher. Le lendemain, à jeun, boire un verre de bière. Il est certain que les vers sortiront du corps.



Manger des patates crues plusieurs fois par jour.



Dans un pot de chambre, ébouillanter des gousses d'ail des bois. Asseoir le patient aussi longtemps qu'il y a de la vapeur. *«Profitez-en pour étudier votre catéchisme ou jouer aux cartes.»*



On croyait qu'en mangeant beaucoup d'ail, une personne se débarrasserait du vers solitaire. *«Personne ne l'a essayé!»*



Boire de la **trempe** ⁴⁹. Souvent on ajoutait du **bois de plomb** ⁵⁰ à la trempe bouillante et l'on buvait cette tisane plusieurs fois par jour.



49. **trempe** : sève d'érable en ébullition, proche de l'état de sirop.

50. **bois de plomb** : plante des marais très connue en médecine populaire et par les joueurs de tours.

Écraser en poudre, une cuillerée à soupe de graines de houblon. Mélanger à une tasse d'eau tiède. Boire.



Mélanger une portion égale de soufre et de mélasse. En prendre trois cuillerées à soupe par jour.



houblon commun

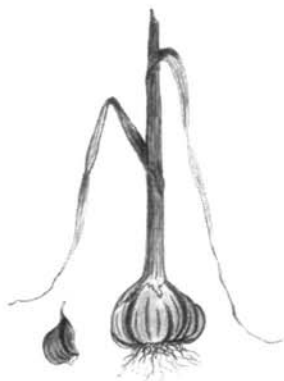
Plantes



absinthe



fève



ail



fraisier



citrouille



gingembre sauvage



herbe à dinde



lin



herbe à puce et fruits



menthe du Canada



houblon commun



oignon



ortie



ricin



pavot



savoye



pin



thé des bois ou wintergreen



vinaigrier
