

la bonne digestion chez les sujets bien portants, soit pour combattre la dyspepsie, s'il y a lieu. Dans le milieu de la vie, et plus encore dans la vieillesse, le vin pur, les liqueurs alcooliques, en proportion modérée, sont quelquefois utiles pour favoriser le travail digestif. Dans les pays froids, et surtout dans les régions humides, l'usage des boissons fermentées et spiritueuses semble être d'une nécessité plus grande encore, dans le double but de provoquer une chaleur intérieure qui résiste mieux aux conditions de l'atmosphère, et aussi d'aider, comme nous l'avons dit, à l'action de l'appareil digestif.

Dans les cas de dyspepsie opiniâtre, on trouve dans les eaux minérales naturelles, gazeuses ou légèrement alcalines, telles que les eaux de Seltz, de Soultmath, de Pougues, de Bussang, mêlées à une certaine proportion de vin, un quart, un tiers par exemple, un auxiliaire utile à l'action affaiblie de l'estomac. Elles sont d'ailleurs agréables au goût et n'altèrent pas les qualités du vin auquel on les mêle. Certains estomacs se trouvent bien d'une petite addition de sucre à ces boissons, surtout lorsqu'il existe quelque tendance au dévoiement. Si le malade éprouve des aigreurs, les eaux, fortement alcalines, de Vichy méritent généralement la préférence, et le sucre doit être interdit.

La température des aliments et des boissons n'est pas chose indifférente dans le traitement de la dys-

pepsie. Lorsqu'il n'y a que simple paresse des organes digestifs, les aliments et surtout les boissons très-froides, glacées même, en particulier dans les saisons chaudes, sont communément d'une utilité marquée; les estomacs très-impressionnables préfèrent les températures modérées. Mais indépendamment de ces données générales, qui souffrent d'assez nombreuses exceptions, le médecin doit s'éclairer dans ces circonstances, comme dans tout ce qui tient au régime, sur les observations propres du malade, qui, pour peu qu'il soit doué de sens, doit savoir si les aliments froids lui passent mieux que les aliments chauds, et réciproquement, et peut seul renseigner à ce sujet le médecin qui le dirige. Il en est de même des boissons froides ou chaudes; les premières entravent chez quelques-uns la digestion ou provoquent des selles molles, tandis que chez d'autres elles ont une action tonique et deviennent par l'habitude un vrai besoin. Les secondes ont chez plusieurs l'inconvénient d'amener des nausées et de ralentir le travail digestif; chez d'autres, au contraire, ces boissons chaudes, agréablement aromatisées ou légèrement alcoolisées, exercent une action favorable.

On pourrait croire, par raisonnement, que les boissons chaudes conviendraient surtout aux malades qui ont une sensation de froid dans l'épigastre, les boissons froides à ceux qui y accusent de la cha-

leur. Il peut en être quelquefois ainsi, mais ce n'est pas chose constante. J'ai été consulté, en 1853, par un homme de cinquante-six ans, dont la dyspepsie reconnaissait évidemment pour cause principale, l'abus du purgatif Leroy. Il accusait comme symptôme prédominant une sensation de brûlure dans l'estomac. De lui-même il avait été conduit, à plusieurs reprises, à essayer de calmer cette chaleur par l'usage de boissons *froides* de température et de qualité, et chaque fois la sensation d'ardeur en avait été beaucoup exaspérée. Je l'engageai à user, comme boisson d'une infusion, bien chaude de camomille et d'y ajouter même, en forme d'essai, un peu de sirop d'éther. Je lui conseillai en outre l'emploi des topiques chauds à l'épigastre, l'application de serviettes fortement chauffées, et celle du fer à repasser le linge, promené pendant dix minutes sur la même région. Le malade s'en trouvait bien, lorsqu'il revint me voir après trois semaines. Ce fait, quelque singulier qu'il paraisse au premier abord, me paraît se rapprocher de ce qu'on voit, tous les jours, chez ces sujets qui ont constamment froid, que l'épaisseur des vêtements n'empêche pas de trembler, et chez lesquels on ramène la chaleur à son degré normal, quelquefois même très-rapidement, au moyen d'affusions froides, convenablement administrées. On guérit chez eux le froid par le froid. N'y a-t-il pas des cas dans lesquels on peut

guérir également le chaud par le chaud? — Je l'ai fait plusieurs fois avec succès chez des personnes qui accusaient dans un point quelconque de la surface du corps une chaleur très-vive. Je suis parvenu souvent à calmer la chaleur excessivement incommode que de jeunes femmes éprouvaient chaque jour au visage, au moyen de douches de vapeur chaudes, dirigées tous les matins sur la figure elle-même.

§ 4. — De la mastication sous le rapport thérapeutique.

La dyspepsie qui se rattache à l'insuffisance de la mastication peut dépendre de l'absence d'une partie des dents, des douleurs dont elles sont le siège, de quelque maladie de l'articulation maxillaire ou des muscles masticateurs, des gencives, de la langue, ou de quelque autre point des parois de la bouche.

La première chose à faire dans ces cas, est de porter remède à ces diverses affections, de suppléer aux dents perdues, si leur nombre et leur importance dans le travail de la mastication le réclament. Si au contraire l'absence de mastication tient à la mauvaise habitude d'avaler les morceaux sans les mâcher, le médecin doit faire connaître au malade les conséquences fâcheuses de cette précipitation, et l'engager fortement à apporter une attention

sérieuse à cet acte en apparence insignifiant. Nous avons déjà dit combien il est difficile de dompter des habitudes, surtout quand elles sont invétérées; celle-ci, il faut le dire, est une de celles qui exigent et qui méritent une lutte plus opiniâtre et plus constante.

§ 5. — De l'insalivation sous le rapport thérapeutique.

L'insuffisance et l'imperfection de l'insalivation, peuvent dépendre de quelques maladies des glandes salivaires ou de la membrane muqueuse buccale, qui réclameront un traitement spécial, surtout si les qualités mêmes de la salive en sont altérées. Mais le plus souvent, comme l'insuffisance de la mastication, elles tiennent à cette mauvaise habitude, si commune parmi les gens très-occupés, d'avaler les morceaux sans les toucher des dents, selon l'expression vulgaire, c'est-à-dire sans qu'ils soient convenablement *broyés* et *pénétrés de salive*. Ces deux causes de mauvaise digestion sont le plus souvent réunies et concourent au même résultat, en ce qui tient à la digestion des aliments solides. Quant à celle des aliments liquides et demi-liquides, des potages de tout genre en particulier, qui n'exigent pas de mastication, l'insalivation peut encore ici faire défaut. Selon la rapidité plus ou moins grande avec laquelle une substance liquide sera avalée,

selon qu'elle sera restée plus ou moins de temps dans la bouche, elle aura dû être plus ou moins mêlée à la salive, et sera devenue plus ou moins digestible.

Ces précautions minutieuses ne sont d'ailleurs nécessaires que dans les cas de dyspepsie intense, dans ceux surtout où les malades ne peuvent prendre que des boissons alimentaires et ne les digèrent que péniblement. Il serait superflu, pour ne pas dire ridicule, de les imposer aux gens bien portants et aux estomacs vigoureux.

§ 6. — Des assaisonnements sous le rapport thérapeutique.

Les assaisonnements relevés, et, parmi ces assaisonnements, le sel, le plus universel et le plus utile de tous quand il est employé avec mesure, et après lui les autres assaisonnements plus relevés, le poivre, la moutarde, etc., dont nous avons signalé l'utilité dans le second acte de la digestion en particulier, par la stimulation qu'ils exercent sur l'estomac, ne sont pas non plus sans avantage pour l'insalivation. L'excitation qu'ils produisent dans la bouche provoque une sécrétion plus rapide et plus abondante de salive, qui pénètre, à fur et mesure, les aliments, et supplée ainsi à la trop grande précipitation avec laquelle s'opère, chez beaucoup de personnes, la mastication : l'insuffisance de temps se trouve,

jusqu'à un certain point, compensée par l'augmentation immédiate de la sécrétion salivaire. Mais ici, comme partout, il faut reconnaître que les avantages et les inconvénients se touchent, et que l'excès de stimulation, qui est loin de convenir à tous les estomacs, ne serait pas non plus sans quelque danger pour la bouche et les glandes salivaires de tous les dyspeptiques. Ces moyens ne peuvent être employés, à dose élevée, qu'avec discernement et en général que pour un temps limité, chez les sujets qui ont, selon l'expression vulgaire, un estomac *froid*, chez lesquels un régime excitant est nécessaire pour les bonnes digestions.

§ 7. — Des sucreries digestives sous le rapport thérapeutique.

Beaucoup de dyspeptiques ont la fâcheuse habitude de tenir presque constamment dans leur bouche des sucreries de diverses espèces, qu'ils supposent favorables à leur digestion. Il est un grand nombre de personnes bien portantes, surtout parmi les enfants et les femmes, qui deviennent dyspeptiques sous l'influence de cette *sucoterie* perpétuelle, particulièrement vers le renouvellement de l'année, époque où les bonbons affluent de toutes parts et sous toutes les formes, et sont sans cesse étalés pour exciter la friandise. On ne peut douter que cette excitation incessante et par conséquent, ce trouble

dans l'action des glandes salivaires, qui ne doit être provoquée que par intervalles, au moment des repas, ne soit chose mauvaise. Peut-on croire que dans de telles conditions, la salive présente, au moment des repas, les mêmes qualités, sous le rapport de l'élaboration et de l'abondance, qu'elle aurait eues, si elle n'avait pas coulé incessamment par une irritation intempestive et toute factice? Ce premier acte de la digestion qui se passe dans la bouche en est nécessairement troublé, et les actes successifs qui se passeront ensuite dans l'estomac et les intestins en subiront à leur tour les conséquences.

Il importe donc dans le traitement de la dyspepsie de questionner les malades sur ce point, de les éclairer sur les inconvénients très-sérieux d'une telle habitude, qui est de nature à la fois à entretenir les troubles des digestions développées sous d'autres influences, et même à les susciter chez ceux qui n'en sont pas atteints. Cette recommandation est d'autant plus nécessaire que l'homme qui digère mal, cherche naturellement, au moment surtout où il souffre davantage, à aider à ses digestions par quelque moyen que son instinct et son raisonnement lui suggèrent. L'un boit de l'eau sucrée, ou quelque infusion aromatique, l'autre essaye de quelque vin généreux, de quelque liqueur alcoolique pure ou mêlée en petite proportion dans de l'eau sucrée; mais le plus grand nombre a recours à ces moyens

portatifs, qu'on peut toujours avoir sur soi, qui sont agréables au goût, et que l'intérêt ou l'erreur de ceux qui les vendent, décore du titre de *digestifs* ou de quelque autre dénomination analogue.

Nous ne voulons pas toutefois condamner d'une manière absolue l'usage des pastilles chez les personnes dyspeptiques. Nous estimons même, qu'*immédiatement* après les repas, il peut y avoir quelque avantage chez plusieurs, à porter dans l'estomac, un supplément de salive, imprégné de sucre et de quelque substance doucement aromatisée, comme la fleur d'oranger, la vanille, ou même d'un sel alcalin, tel que le bicarbonate de soude ou la magnésie dans la dyspepsie acide ou flatulente, sur lesquelles nous reviendrons plus loin. Mais nous ne saurions proscrire trop sévèrement l'usage presque incessant de ces bonbons pendant plusieurs heures après les repas, et plus encore dans les heures qui les précèdent.

Les inconvénients sont plus sérieux encore lorsque le sucre est combiné avec le jus d'orange et de citron, ou même avec des acides concentrés, tels que l'acide citrique ou tartrique, substances tout à fait contre-indiquées dans certaines formes de dyspepsie, telle que la dyspepsie acide.

§ 8. — De l'habitude du tabac à fumer sous le rapport thérapeutique.

Malgré le peu d'analogie qui existe entre le sucre et le tabac à fumer, nous croyons devoir, après avoir parlé du premier, dire quelques mots du second. Je ne sache pas que personne ait eu l'idée de se guérir de la dyspepsie par l'usage du tabac; mais comme beaucoup de personnes attaquées de troubles digestifs, continuent l'usage du tabac à fumer, dans des proportions excessives, il n'est pas sans utilité d'en signaler les inconvénients. Si les fumeurs, comme il arrive au plus grand nombre, rejettent en abondance la salive que le tabac fait affluer dans la bouche, cette perte, répétée plusieurs fois le jour, d'un liquide essentiel à la digestion, ne peut qu'être nuisible à l'accomplissement de cette fonction. Si la salive est avalée en certaine proportion, mêlée au liquide narcotico-âcre et purgatif que fournit le tabac en combustion, elle porte dans les voies digestives une matière stupéfiante qui ralentit le travail, et une matière laxative qui, surtout dans la dyspepsie intestinale, tend à entretenir la diarrhée. On ne saurait donc trop insister sur les inconvénients qui en résultent et sur la nécessité pour les dyspeptiques de s'en abstenir entièrement.

§ 9. — De la distribution des repas sous le rapport thérapeutique.

La manière dont les repas sont distribués est un des points qui méritent le plus l'attention du médecin chez les personnes atteintes de dyspepsie. Je ne manque jamais de diriger mes questions sur ce sujet, et je dois ajouter que de toutes les causes qui peuvent troubler les fonctions digestives, celle-ci est, d'après mes observations, la plus commune. Je demande aux dyspeptiques, lorsqu'ils ignorent la cause qui trouble leur digestion, quel est leur meilleur repas, et s'ils me répondent *le déjeuner*, mon diagnostic est presque établi. Les détails qu'ils me donnent sur ce repas, sur le plaisir qu'ils ont à le faire, sur l'abondance des aliments qu'ils prennent le matin, sur la facilité avec laquelle ils les digèrent, surtout lorsque ce repas est suivi, non d'un travail de cabinet ou d'écritures, mais de mouvement ou d'occupations physiques; ce qu'ils ajoutent sur la disposition toute différente dans laquelle ils se trouvent au moment du dîner, leur peu d'appétit, la satiété prompte qui suit l'ingestion des premiers aliments, l'engourdissement physique et intellectuel qui a lieu après ce repas, le dérangement de leur sommeil, etc.; tout cela vient confirmer pleinement, chez le plus grand nombre, l'opinion première que m'avait inspirée leur réponse. J'étais autorisé à con-

clure que le déjeuner qui, sous le rapport de la satisfaction gastronomique, était leur meilleur repas, était, sous le rapport hygiénique, le plus mauvais, puisqu'il était la véritable cause de leur inappétence au dîner et du dérangement de leurs digestions. Généralement, dans nos habitudes parisiennes, le déjeuner, non-seulement est trop fort, mais il est séparé du dîner par un intervalle insuffisant. Le déjeuner a lieu ordinairement vers onze heures, dans quelques maisons à midi, à une heure même, chez les personnes dont la matinée est consacrée aux exigences des affaires. Le dîner ayant lieu à six heures, l'intervalle entre ce repas et la fin du premier se trouve réduit à six, cinq et même quatre heures, et plus le déjeuner a été retardé, plus il a dû être copieux. Il est indispensable que le médecin insiste sur la nécessité d'un temps à peu près fixe entre ces deux repas, et ce temps, chez l'adulte et l'homme fait, ne doit pas être moindre de six à huit heures. Du reste, cet intervalle doit être subordonné à la quantité et à la nature des aliments; il doit être moindre quand les repas sont légers, plus considérable quand ils sont forts.

L'absence d'un intervalle suffisant entre les repas est particulièrement nuisible aux personnes dont la vie est sédentaire, dont les occupations sont intellectuelles, et dont les organes digestifs ne sont pas aidés par un exercice suffisant. Au contraire,

l'homme qui se livre chaque jour à des travaux durs, comme le terrassier, le moissonneur, ne peut pas mettre plus de trois à quatre heures entre chaque repas, et encore est-il obligé, surtout s'il est dans la force de l'âge, de les faire copieux.

Les inconvénients qui résultent de l'insuffisance d'intervalle entre les repas, augmentent avec les progrès de l'âge. L'adulte peut et doit manger trois fois le jour, l'homme fait deux fois; le vieillard en général ne fait qu'un repas, mais il peut le faire copieux, plus copieux même que l'homme de quarante à cinquante ans; il faut seulement qu'il accorde à son estomac, devenu paresseux, mais patient, le temps dont il a besoin pour accomplir entièrement l'acte de la digestion. La plupart des vieillards, parmi ceux qui s'observent convenablement, chez qui la raison l'emporte sur le plaisir de manger, et qui pourraient et devraient être leur propre médecin, en ce qui concerne le régime, sont conduits d'eux-mêmes à ne manger qu'une fois, à l'heure un peu tardive, pour eux surtout, du dîner; à peine prennent-ils le matin un potage, une tasse de café au lait, de chocolat ou de thé. Si le vieillard ne doit faire qu'un repas proprement dit, l'homme fait deux, l'adulte trois, quatre sont nécessaires dans l'adolescence, cinq dans la seconde enfance, un nombre presque illimité chez l'enfant à la mamelle. Chez ce dernier, toutefois, la succion trop rap-

prochée du mamelon n'est pas toujours sans inconvénient, et le médecin est souvent obligé d'interposer son autorité entre le désir des nourrices de donner à chaque instant le sein à l'enfant, et la nécessité de prévenir les vomissements et la diarrhée, en mettant un intervalle d'une à plusieurs heures entre chaque petit repas du nourrisson.

S'il y a pour le plus grand nombre des individus, des inconvénients graves à rapprocher trop les repas, il y a des inconvénients aussi, pour un certain nombre du moins, à les trop éloigner. Parmi les personnes qui retardent accidentellement, de plusieurs heures, un des repas, les unes, à force d'avoir attendu, ont en quelque sorte cessé de sentir la faim; leur estomac souffre, mais n'a plus besoin, et le repas qu'elles font dans cette disposition, fût-il moins abondant, ne sera pas toujours bien digéré. Les autres sentent leur appétit s'accroître incessamment avec le retard; elles mangent ou plutôt elles dévorent précipitamment les aliments qu'elles trouvent; elles les broient mal, elles les insalivent à peine, et éprouvent après le repas cette distension, cette pesanteur de l'estomac, cette inaptitude générale aux actes de la vie, que nous avons déjà signalées.

Les intervalles que nous avons indiqués comme devant séparer les divers repas ne sont d'ailleurs pas applicables à tous les sujets. Soit à raison d'une

activité plus grande de l'estomac, soit aussi par l'effet de l'habitude, soit enfin par suite de la nécessité où elles se trouvent de *manger très-peu* à la fois, quelques personnes ne pourraient mettre six à huit heures d'intervalle entre un repas et le suivant. Dans le cours de la grossesse, certaines femmes sont obligées de multiplier indéfiniment les repas, et si elles souffrent, c'est plutôt de leur ajournement que de leur rapprochement. En dehors même de la gestation, quelques femmes, et il faut le remarquer, la constitution de la femme se rapproche beaucoup de celle de l'enfant, éprouvent également un besoin réel, même dans la période moyenne de la vie, de multiplier les repas; mais elles forment exception. Ainsi, quelques-unes sont obligées de manger quatre, six, dix fois le jour, et même assez solidement; mais, le plus souvent, deux de leurs repas seulement mériteraient ce nom et encore sont-ils ordinairement légers; les autres, le premier déjeuner et le goûter ou collation consistent seulement en un potage, un bouillon, une tasse de lait, un fruit. Si un peu de viande froide était réellement nécessaire à ces personnes, il ne faudrait pas y mettre empêchement, à moins qu'on ne trouvât dans quelque autre circonstance, comme la vie sédentaire, l'application trop forte ou trop prolongée de l'esprit, d'autres causes suffisantes pour expliquer les souffrances de l'estomac.

§ 10. — De l'exercice sous le rapport thérapeutique.

Le défaut d'un exercice régulier est l'une des causes les plus fréquentes de la dyspepsie. Son influence sur le dérangement des organes digestifs est d'autant plus grande que le sujet a des muscles plus forts et plus aptes à supporter le mouvement : la vie sédentaire est généralement, par ce motif, plus nuisible aux hommes qu'elle ne l'est aux femmes, qui d'ailleurs trouvent dans la surveillance et les soins du ménage, une cause de mouvement que n'ont pas les hommes. Un exercice modéré est un auxiliaire indispensable pour les bonnes digestions; on pourrait dire proverbialement qu'on digère avec ses *jambes* autant qu'avec son *estomac*. C'est donc un des points les plus importants à considérer, dans le traitement de la dyspepsie.

Les hommes adonnés avec ardeur à l'étude ou à la culture des lettres et des sciences, ont souvent un grand éloignement pour l'exercice; ils répugnent singulièrement à enlever à leurs travaux de prédilection un temps qu'il faudrait perdre dans une *locomotion imposée*, qui ne leur inspire que de l'ennui. Comme il est impossible de changer leurs goûts, il faut s'attacher à les convaincre que l'intérêt même de leurs études exige qu'ils acceptent ce sacrifice. Il importe donc bien de leur faire comprendre que l'esprit n'a toutes ses facultés qu'à la condition que



le corps conservera les siennes, et que l'absence de mouvement étant une cause inévitable de maladie, ils doivent, dans l'intérêt même de leurs travaux de prédilection, se soumettre aux règles de l'hygiène. Cet argument, qu'ils rejettent tant que leur santé n'est que passagèrement et légèrement troublée, reprend toute sa force quand les phénomènes dyspeptiques augmentent, et spécialement lorsqu'ils retentissent, comme cela est ordinaire, surtout chez eux, vers le cerveau.

Pour se convaincre de la part que prend à l'accomplissement des fonctions digestives, l'exercice soutenu, mais modéré du corps, il suffit de comparer sous ce rapport les ouvriers des villes et ceux des campagnes. Ces derniers, adonnés aux travaux des champs, ne sont que par exception rare, atteints de dyspepsie, bien que leurs aliments soient très-grossiers, très-indigestes, composés principalement de pain mal levé et mal cuit, de gros légumes, d'un peu de porc salé, aux bons jours, de piquette, de mauvaise bière ou de cidres souvent aigris. Les ouvriers des villes, dont l'alimentation est incomparablement meilleure, sont atteints en bien autre proportion de dyspepsie, ceux surtout dont le travail exige la position assise, les tailleurs, les cordonniers, les bijoutiers et horlogers, les serruriers, les mécaniciens, les ouvriers des grandes usines, les dessinateurs, et parmi les femmes, celles qui sont, en

si grand nombre, occupées à toutes les espèces de couture.

Quel est l'homme d'ailleurs qui n'ait observé sur lui-même que le jour où il fait de l'exercice dans la mesure de ses forces, soit à la ville, soit surtout à la campagne, il n'ait un appétit meilleur et une digestion plus facile? que le jour au contraire où l'urgence des affaires le retient dans son cabinet, il n'en éprouve un effet opposé? que si, pendant plusieurs jours consécutifs, il mène cette vie plus active, ou, par contre, une vie toute sédentaire, l'influence de ces conditions opposées sur ses digestions ne devienne plus marquée encore? Nul donc ne saurait avoir aucun doute sur ce point.

Il est plus facile de convaincre les personnes dyspeptiques de la nécessité de l'exercice, que de les amener à y consacrer chaque jour un temps suffisant. Les hommes objectent leurs affaires, les femmes la surveillance de leurs maisons, leurs habitudes, l'ennui que leur cause une promenade sans but. Aux uns et aux autres il faut faire sentir le prix de la santé, la nécessité de couper court à un mal qui commence et dont le remède, certain et facile au début, n'aurait pas toujours cette efficacité; le devoir qui existe pour tous, surtout pour le chef de la maison et pour la mère de famille, de se conserver; il faut faire intervenir l'autorité du mari sur la femme, l'influence persuasive de la femme sur le

mari, celle des enfants sur leurs parents, et avec ce concours de volontés, le médecin parviendra le plus souvent à obtenir des habitudes hygiéniques meilleures, dont le rétablissement de la santé sera la conséquence.

Dans les classes ouvrières, il y a de grands obstacles pour obtenir chaque jour un exercice suffisant. Toutefois, dans la plupart de ces professions, le travail de l'atelier n'est pas le seul : l'ouvrier ne se borne pas à faire des souliers, des habits, des chapeaux ; il faut qu'il conserve et entretienne ses relations avec ses patrons et ses pratiques ; qu'il porte chez les uns ou chez les autres les objets achevés ; qu'il en demande d'autres ; qu'il se procure les matières premières nécessaires à son travail, etc. Dans les grandes fabriques, il y a mille autres occasions dont profite un patron bienveillant pour donner à l'ouvrier le mouvement dont il a besoin. L'intervention charitable du médecin, dans ces cas, est rarement impuissante, et il ne doit pas hésiter à en prendre au besoin l'initiative.

Du reste, le besoin d'exercice est d'autant plus nécessaire à l'accomplissement régulier des fonctions digestives, que l'habitude en est contractée depuis longtemps, et que l'exercice de chaque jour est plus considérable. De deux hommes, qu'une cause analogue, une fracture à la jambe, par exemple, ou toute autre maladie locale, obligera à garder

un repos absolu, celui qui aura des habitudes sédentaires conservera de l'appétit et continuera le plus souvent à prendre et à bien digérer des aliments, en quantité à peu près ordinaire. L'homme aux habitudes actives, au contraire, souffrira bien plus de cette immobilité, à laquelle il se trouve subitement condamné ; il perdra l'appétit et ne digérera que péniblement une quantité d'aliments inférieure même à celle dont il faisait usage. Il sera pris de dyspepsie, et d'une dyspepsie essentielle ; car elle n'est assurément pas symptomatique de sa fracture, mais l'effet de la privation du mouvement, qui n'est pas elle-même une maladie, mais une cause morbifique.

Quels moyens lui opposera-t-on ? Cette règle générale, excellente d'ailleurs, d'éloigner la cause pour couper court aux effets, lui est-elle applicable ? Assurément non. Car le traitement de la fracture, qui impose l'immobilité passe avant celui de la dyspepsie qui réclamerait le mouvement, s'il était possible. Ce qu'il convient de faire ici, c'est de diminuer le travail digestif, en limitant la quantité et en réglant la qualité des aliments ; c'est d'aider à la digestion par l'emploi des amers, par le mélange avec le vin des eaux minérales gazeuses, telles que celles de Bussang, d'Ems, de Seltz ou de Soultzmatt ; c'est de favoriser les garderobes par des lavements, par de petites doses de rhubarbe,