

toutes choses que les chirurgiens instruits, dont l'attention ne se borne pas au membre fracturé, ne manquent jamais de faire. Il faut, quand la nature de la maladie n'y met pas empêchement, et que les circonstances le permettent ou le demandent, suppléer au mouvement actif par les exercices passifs, en voiture, à âne, à cheval, et même en bateau ; au besoin, quand la faiblesse est plus grande encore, en promenant les malades dans leur propre chambre, sur un fauteuil roulant, une ou plusieurs fois par jour.

Lorsque la dyspepsie n'a qu'une intensité moyenne, l'exercice doit avoir lieu après les repas ; mais si le mal est assez intense, pour que tout mouvement qui suit le repas, augmente les souffrances dont l'épigastre est le siège ; si, pendant ce premier temps de la digestion stomacale, les jambes sont comme brisées et la marche plus pénible, il vaut mieux laisser le malade dans le repos, pendant une ou plusieurs heures, et attendre, pour lui faire prendre de l'exercice, que ces phénomènes aient disparu. L'exercice aide à l'action de l'estomac, quand celle-ci n'est atteinte qu'à un certain degré ; mais quand elle l'est plus profondément, le travail des muscles enraye celui de l'estomac ; il faut que ce dernier soit achevé ou du moins en bonne voie, avant que celui des muscles commence et lui vienne en aide.

En règle générale, chez l'homme malade surtout et même chez le sujet bien portant, autant un exercice pris à propos et avec mesure, est un auxiliaire utile au travail digestif, autant un excès de fatigue lui devient contraire. Voyez ce qui arrive à cet adolescent qui se livre, pour la première fois, avec une ardeur immodérée, dans les grandes chaleurs de l'été, au plaisir de la chasse. Il marche, ou plutôt il court du matin au soir, sous l'action d'un soleil brûlant, poursuivant le gibier qui fuit devant lui, et ne rentre le soir que lorsque sa propre fatigue et le déclin du jour l'y contraignent. Croyez-vous qu'il va dîner avec appétit ? Il n'en sera rien ; il prendra à peine quelques aliments, il boira en abondance, il abandonnera promptement la table, pour gagner son lit, y subir les conséquences de la courbature qu'il s'est donnée, et ne le quittera le lendemain qu'avec un brisement général et un appétit incertain. Heureux encore si, par suite de cette fatigue excessive, l'estomac n'est pas devenu inhabile pour plusieurs jours à digérer le peu d'aliments qui seraient pris. Par opposition vous verrez ses compagnons de chasse, plus robustes que lui et qui n'ont marché que dans la limite de leurs forces, manger de grand appétit, passer joyeusement la soirée en devisant sur les hauts faits de la journée, et recommencer le lendemain.

Si un excès d'exercice a de tels effets sur les

organes digestifs, chez un jeune homme parfaitement bien portant, on comprend à quel degré il devient contraire chez les sujets déjà atteints de dyspepsie: chez eux l'excès arrive bien vite, surtout, comme nous l'avons dit, quand le mal a une certaine intensité.

Dans les formes graves de la dyspepsie, ce besoin de repos absolu peut s'étendre à tous les organes pendant le faible travail de l'estomac et être porté à un degré tel, que remuer les bras, parler, lire, écouter, regarder, réfléchir soient une fatigue, et que le malade, surtout s'il est doué d'une grande sensibilité nerveuse, ne veuille et ne puisse rien faire de tout cela, dans le temps qui suit les repas.

Il est difficile au médecin de régler d'une façon absolue la durée de l'exercice que le dyspeptique devra faire chaque jour avec avantage: la précision est impossible. C'est au malade lui-même, d'après la sensation de lassitude qu'il commence à éprouver; c'est aux personnes qui l'accompagnent, d'après l'expression de fatigue qu'elles remarquent dans ses traits, à juger qu'il est temps de s'arrêter.

Il est bon en général que les promenades aient un but agréable, qu'elles soient dirigées vers des points où l'air soit vif et sec, où la vue de la nature ou des monuments donne des distractions; et dans ce but aussi, il convient que chaque jour, elles soient,

autant que possible, dirigées vers des lieux nouveaux ou souvent variés.

§ 11. — Des rapprochements sexuels sous le rapport thérapeutique.

Il importe encore, chez les dyspeptiques, chez les hommes en particulier, de ne pas perdre de vue l'influence que les *rapprochements sexuels* exercent sur les fonctions digestives, à quelque distance des repas qu'ils aient lieu. Plusieurs m'ont confessé qu'ils en éprouvaient une telle aggravation, qu'ils avaient dû s'en abstenir entièrement. Il convient de recommander à tous une grande modération à ce sujet; cette modération consiste à ne se livrer à ces actes, que dans la mesure du strict besoin.

§ 12. — Des occupations intellectuelles sous le rapport thérapeutique.

L'occupation sérieuse de l'esprit est, pendant le travail de la digestion stomacale, une des circonstances les plus propres à l'entraver, même chez les sujets bien portants, et à plus forte raison chez ceux dont les digestions sont déjà troublées. Aussi est-ce un des points sur lesquels l'attention du médecin doit constamment se porter, lorsqu'il est consulté par un sujet atteint de dyspepsie: « Comment votre journée est-elle distribuée? quelles

« heures donnez-vous aux affaires? quelles heures  
« aux repas, quelles heures à l'exercice? » Tels  
sont les questions que je ne manque pas de lui  
adresser, et j'apprends par les réponses, qu'après  
le déjeuner, l'un se met à son bureau pour faire  
sa correspondance, vérifier ses livres; l'autre se  
rend au palais pour juger ou plaider, l'autre entre  
dans son étude pour y recevoir ses clients ou  
parcourir ses *dossiers*; le professeur se rend à  
sa faculté ou à son collège, pour y faire des exa-  
mens ou des cours; le prêtre va s'asseoir dans sa  
chaire ou dans son confessionnal, le médecin dans  
son cabinet, et tout cela pour plusieurs heures, celles  
précisément où le repos de l'esprit serait le plus né-  
cessaire à l'action de l'estomac. La plupart des ou-  
vriers à profession sédentaire sont dans le même cas;  
bien que le travail manuel auquel ils se livrent, n'oc-  
cupe pas beaucoup leur intelligence, il y a toutefois,  
chez eux, une certaine application, qui, jointe à l'ab-  
sence de mouvement, peut avoir quelque part dans  
la difficulté des digestions dont ils se plaignent.

Plus l'application de l'esprit est forte et pro-  
longée, plus est grande aussi l'influence qu'elle  
exerce sur le travail digestif: elle peut aller jusqu'à  
l'entraver complètement, surtout lorsque l'habitude  
n'en a pas amoindri l'effet, et que le sujet n'a pas  
été conduit par ses propres observations à vivre très-  
sobrement.

Aux malades qui sont dans cette position, il faut  
recommander de limiter le travail intellectuel aux  
heures où l'estomac est en repos: depuis le lever,  
par exemple, jusqu'au déjeuner. C'est le moment  
d'ailleurs où l'esprit est le plus libre, où rien encore  
ne l'a ému ni préoccupé, où il est le plus facile de le  
fixer sans effort sur tel ou tel sujet. Les heures qui  
précèdent le second repas sont encore favorables  
et peuvent être consacrées au travail intellectuel,  
surtout lorsqu'un exercice suffisant a eu lieu après  
le déjeuner, et que la digestion de ce repas est assez  
avancée pour que ni le cerveau ni l'estomac n'en  
souffrent. Quant aux hommes que des devoirs publics  
obligent à s'occuper de choses sérieuses, dans les  
heures même qui suivent le premier repas, aux ma-  
gistrats, aux avocats, aux professeurs, par exemple,  
il faut qu'ils s'astreignent à un déjeuner très-léger,  
dussent-ils prendre plus tard un peu d'aliments  
pour attendre le dîner.

§ 13. — Des préoccupations morales sous le rapport  
thérapeutique.

Si les occupations excessives de l'esprit sont un  
obstacle presque insurmontable à la guérison de la  
dyspepsie, les inquiétudes vives, les grandes peines  
morales, les chagrins prolongés, surtout dans un  
cœur de père ou de mère, de fils ou de fille, de

femme ou de mari, de frère ou de sœur, exercent une action non moins forte, et contre laquelle la médecine est à peu près désarmée. On peut obtenir d'un homme voué à la culture des lettres ou des sciences, une certaine modération dans ses études, qu'il peut quitter et reprendre comme il le veut. On peut le convaincre qu'il vaut mieux interrompre, chaque jour, pendant une ou plusieurs heures qui seront consacrées à des exercices de corps, à des distractions de l'esprit, un travail dont la continuité et l'excès ne se concilieraient pas avec sa santé déjà altérée. Mais que dire à l'homme qui tremble pour les existences qui lui sont les plus chères, à celui surtout qui vient de voir s'accomplir le malheur qu'il redoutait, qui pleure son père, sa femme, son enfant; à celui encore qui voit son honneur à jamais compromis dans quelqu'un de ces événements dont la vie humaine est remplie? Dans ces perturbations de tous les organes, l'estomac n'est plus apte à remplir ses fonctions: à peine quelques potages, quelques bouillons peuvent-ils être acceptés et digérés. On attendra pour augmenter graduellement l'alimentation, l'adoucissement de ces grandes et trop légitimes douleurs. Quand le temps en aura adouci la violence, les voyages, surtout vers des pays solitaires, vers les grands et beaux sites de la nature, loin des lieux où la mode et les plaisirs bruyants rassemblent, chaque année, les gens désœuvrés, con-

courront à apporter un allègement réel aux grandes peines du cœur et aux désordres qu'elles ont amenés dans les diverses fonctions.

Si les grandes secousses morales, ainsi que la tension excessive de l'esprit troublent presque inévitablement les digestions, les conditions tout à fait opposées ne leur sont pas non plus favorables. Le vide du cœur, le désœuvrement complet de l'esprit sont loin d'être choses bonnes pour la santé. Non pas que sous ces dernières influences on voie apparaître les grandes et subites perturbations que produisent les premières. Mais dans ce vide complet du cœur et de l'intelligence, les fonctions stomacales deviennent languissantes, l'appétit diminue, les aliments même en petite quantité, sont digérés difficilement, péniblement; et si les mêmes influences persistent longtemps, elles peuvent conduire jusqu'à cette dyspepsie intense qui réduit à presque rien l'alimentation, et qui se montre bientôt avec le pénible cortège des symptômes de l'hypochondrie.

C'est surtout à l'inoccupation habituelle de l'esprit qu'il convient de rattacher ces dyspepsies hypochondriaques, qu'on voit survenir si fréquemment chez les sujets qui abandonnent prématurément leur profession vers le milieu de leur vie, et alors qu'ils conservent encore une activité qui n'a plus d'emploi. Il est bien quelques hommes, qui, nés avec de l'aisance, ayant fait des études littéraires ou

scientifiques complètes, et sans avoir jamais exercé une profession proprement dite, trouvent dans l'étude des lettres ou des sciences, dans leur goût pour l'agriculture, dans les soins de leur famille et l'éducation de leurs enfants, dans l'habitude de voyages instructifs, de bons et honorables moyens d'imprimer à leur vie un mouvement, un but qui préserveront leur santé. Mais si on compare leur nombre à celui des hommes qui, après avoir acquis dans les affaires une aisance suffisante, abandonnent les seules choses qu'ils sussent faire et ne peuvent plus que traîner leur vie dans des distractions stériles et insuffisantes, telles que les conversations de la société, les promenades sans but, la fréquentation des spectacles, des clubs, des réunions diverses, on se convaincra facilement que les premiers font exception et que les seconds établissent cette règle, savoir : que si, comme on l'a répété depuis longtemps, la parfaite honnêteté est plus difficile et plus rare chez les gens oisifs, il est également vrai, il est plus vrai encore, d'après l'observation médicale, que l'homme oisif est moins bien portant et moins heureux que l'homme occupé.

Lors donc que je suis consulté par un homme dyspeptique, à quelques autres questions déjà signalées et que je lui adresse constamment, je joins toujours celle-ci : Avez-vous eu et avez-vous encore une profession et quelle est-elle ? La dyspepsie, comme

nous l'avons vu, n'atteint que rarement les hommes très-occupés, ou, si elle les frappe, cela tient en général à des causes secondaires, au défaut de régularité ou à la précipitation dans les repas, à l'absence d'exercice dans les heures qui les suivent, à des conditions qui peuvent être modifiées, non pas toujours sans effort, mais dont, en définitive, l'homme occupé peut triompher, surtout quand il est occupé activement, et que, par la nature de son état, le corps comme l'esprit, peut avoir sa part dans le travail auquel il se livre. Eût-il même une occupation toute sédentaire, en donnant, comme nous l'avons dit, une ou plusieurs heures chaque jour, à quelque exercice physique, il parviendra encore à rétablir l'équilibre dans sa santé.

Mais pour l'homme sans profession aucune, pour l'homme surtout, qui, après avoir volontairement quitté celle qu'il a exercée jusqu'au milieu de sa vie, ne sait plus comment remplir ses journées et *tuer le temps*, la médecine est trop souvent impuissante. La littérature et les sciences sont en général de peu de ressource pour ceux qui ne les ont jamais cultivées. Il en est généralement de même de la vie de campagne : tel individu s'en fait d'avance une grande joie, qui n'en jouira pas longtemps. Le goût des champs comme celui des lettres a besoin d'avoir ses racines dans les premiers souvenirs de la vie. Aussi, ai-je vu des hommes de sens renoncer à cette

vie champêtre, trop en opposition avec leurs habitudes, rentrer courageusement dans les occupations qu'ils avaient quittées et rétablir leur santé par l'éloignement immédiat de la cause qui l'avait altérée.

Le célèbre chirurgien anglais *Astley Cooper*, n'eut pas le même bonheur : fatigué de la pratique de son art, et possesseur d'ailleurs d'une immense fortune, il avait pris le parti de se rendre dans une terre magnifique, où se trouvaient réunis tous les plaisirs de la campagne, toutes les jouissances d'une fortune aristocratique. Cinq à six mois après il revenait à Londres, aussi changé que s'il avait subi une maladie grave et longue. Aux questions que lui adressaient ses nombreux amis, qui l'avaient cru le plus heureux des hommes dans ce nouveau genre de vie qu'il avait longtemps désiré, il répondait tristement : « Voulez-vous savoir ce que je faisais dans mon parc ? Je regardais successivement tous mes arbres, pour choisir celui auquel je me pendrais : je reviens à Londres pour y reprendre les occupations de toute ma vie, et y recouvrer, si je puis, la santé. » Mais il était trop tard, et le plus habile des chirurgiens anglais ne tarda pas à succomber à un mal devenu plus fort que tous les secours de la médecine.

Les hommes de mer, dont la santé s'altère quand ils sont débarqués, ne rétablissent quelquefois leurs digestions qu'en remontant sur leurs vaisseaux.

Quelques militaires également ne se sont guéris qu'en reprenant la vie agitée des camps. Mais de semblables résolutions sont rares, et la plupart de ces malades traînent péniblement leur existence, troublée à la fois par la dyspepsie et l'hypochondrie, regrettant l'époque laborieuse de leur jeunesse, où ils luttèrent par un travail opiniâtre contre l'indigence, mais restaient bien portants, souvent joyeux, résignés d'ailleurs aux difficultés du moment, et espérant mieux de l'avenir.

§ 14. — Des œuvres actives de charité comme moyen de traitement des dyspepsies.

Les associations de charité dans les villes, le soin, dans les campagnes, de visiter les pauvres, les malades, de leur porter des consolations et des secours, offrent aux personnes qui ne sont pas occupées, comme à celles qui ne le sont pas suffisamment, une ressource utile à la santé et une grande satisfaction pour le cœur. C'est surtout après de grands chagrins, comme ceux qui résultent de la perte de personnes aimées, quelquefois après un changement de position sociale et de fortune, qu'une vie consacrée à cette charité active, qui porte sa récompense avec elle, et qui chaque jour est plus douce à qui la pratique, devient un moyen puissant de rétablir une santé profondément altérée. Cette

voie est large, elle est ouverte à tous, aux hommes, aux femmes, aux vieillards, aux jeunes gens, et chacun, selon ses dispositions, peut y marcher seul, ou ce qui vaut mieux, en s'associant à quelques personnes honorables, y consacrer ce qu'il peut de son temps et de sa fortune. Je puis leur affirmer, médicalement parlant, que ce sera temps et argent bien employés et placés à gros intérêts, surtout s'ils persévèrent dans cette voie, s'ils s'en font une obligation réelle, un devoir quotidien que rien n'interrompt. Ils y trouveront le meilleur remède possible, au défaut d'exercice, à ce désœuvrement de l'esprit et du cœur, que nous avons signalé, comme une des conditions les plus dangereuses pour tous, et surtout pour les personnes dont le système nerveux est vivement impressionnable et les organes digestifs faibles et irritables.

Il a été question dans le chapitre consacré à la dyspepsie accidentelle, de ces répugnances idiosyncrasiques des organes digestifs pour telle ou telle substance alimentaire, et nous avons vu que la seule chose raisonnable à faire était, après quelques essais infructueux pour en triompher, d'engager les personnes à renoncer complètement, du moins pour le moment, à tout essai de ce genre. Nous renvoyons, en conséquence, à ce qui a été dit à ce sujet aux deux chapitres consacrés l'un à l'étiologie (p. 27), l'autre au traitement de la dyspepsie accidentelle (p. 37).

Dans le cas où ces substances ne troubleraient que médiocrement les digestions et deviendraient par cette demi-innocuité l'occasion d'une dyspepsie habituelle, il n'y aurait pas moins lieu d'y renoncer, comme à choses relativement nuisibles, et dont les mauvais effets pourraient amener avec le temps des désordres plus prononcés, même en en réduisant beaucoup les quantités.

Nous ajouterons seulement que s'il existe un certain nombre de substances alimentaires, qui, sans avoir rien de nuisible pour le plus grand nombre des individus, peuvent cependant, par une idiosyncrasie exceptionnelle, être contraires à quelques-uns, il existe aussi des idiosyncrasies, en sens opposé, par suite desquelles des sujets digérant mal les aliments ordinaires et même les aliments les plus digestibles, digèrent facilement ceux qui sont regardés et reconnus comme les plus lourds. Tissot a rapporté l'exemple d'une personne dyspeptique, qui était réduite à vivre de *croûtes dorées*, espèce de pâtisserie suisse, très-compacte; aucun autre aliment n'étant accepté par l'estomac. J'en ai vu qui ne digéraient bien que les croûtes de pâté. J'ai connu un homme de délicate complexion, dont l'estomac entraînait souvent en révolte complète pour longtemps, et qui, lorsque la saison le permettait, se rétablissait en mangeant, en un seul jour, un melon entier. Le médecin qui connaît ces faits

doit en tirer profit et dire, comme Tissot, à son malade : *Vivez de croûtes dorées*, tant que votre estomac les digérera, et ne supportera pas autre chose.

## ARTICLE II.

## DU TRAITEMENT DE QUELQUES FORMES DE LA DYSPEPSIE.

Après avoir indiqué les bases générales du traitement de la dyspepsie, nous devons nous occuper des modifications particulières que réclament, dans leur traitement, les formes diverses de cette maladie, selon ses *degrés d'intensité* et *d'opiniâtreté*, selon son *siège* dans l'*estomac* ou les *intestins*, selon la *prédominance* de l'*atonie* ou de l'*irritabilité* de ces organes, ou enfin dans ses formes spéciales, désignées sous les noms de *flatulente*, *gastralgique*, *boulimique*, *acide* et de *dyspepsie des liquides*.

§ 1<sup>er</sup>. — Traitement de la dyspepsie légère.

La dyspepsie légère, cède ordinairement, surtout quand elle est récente, avec facilité et promptitude, au simple éloignement de la cause ou des causes qui lui ont donné naissance. Une diminution modérée dans la quantité des aliments, un choix un peu plus sévère, un intervalle convenable entre les repas, dont le nombre sera déterminé, un exercice suffisant, etc., suivant les règles posées dans le cha-

pitre précédent, suffiront dans le plus grand nombre de cas pour en triompher.

Si, nonobstant ces moyens, le mal persistait, il faudrait revenir à la recherche des causes qui l'ont produit. Une première enquête a pu être incomplète, soit par omission involontaire ou volontaire du malade, soit parce que le médecin n'a pas fait toutes les questions nécessaires. Dans un second examen, il s'assurera avant tout, par le récit du malade lui-même et par celui des assistants, s'il a suivi constamment et en tous points les conseils qui lui ont été donnés. S'il ne l'a pas fait ou ne l'a fait qu'incomplètement, on insistera pour qu'il s'y soumette entièrement. Si les prescriptions ont été observées, on reviendra encore sur les recherches étiologiques qui doivent, quand elles sont complètes, conduire à la connaissance des moyens de traitement : elles comprendront les aptitudes habituelles de l'estomac, et s'étendront même aux idiosyncrasies, précédemment signalées. Dans ce nouvel examen, les questions seront posées d'une manière plus précise ; celles en particulier qui se rattachent aux causes les plus délicates de la dyspepsie : je veux parler des causes morales. De leur connaissance ressortiront probablement une ou plusieurs indications nouvelles, qui éclaireront dans la marche à suivre pour arriver à bien. On y joindra, au besoin, pour remonter l'esprit du malade, l'usage modéré de quelques bois-