

satisfait, jusqu'à ce qu'il ait atteint un degré en rapport avec les besoins de la réparation organique. Cette anorexie nerveuse n'est nullement rare, principalement chez les femmes; on arrive presque toujours à la vaincre à force d'insistance, et en présentant aux malades des mets variés et appétissants, de manière à solliciter chez eux une sorte d'éréthisme digestif. Tels convalescents dont l'estomac se soulève à la seule idée de prendre des aliments voient tomber leur répugnance au milieu de l'animation d'un repas en commun, et continuent ensuite à s'alimenter d'une manière convenable.

Mais, si l'anorexie des malades provient souvent de ce que leurs fonctions digestives sont tombées, par le défaut de stimulus physiologique, dans un véritable état d'atonie, elle dépend plus habituellement encore de l'abondance des saburres qui imprègnent les muqueuses de la bouche et de l'arrière-gorge. Formés par les résidus solides des sécrétions mucipares, par une superposition de cellules épithéliales qui, n'étant plus entraînées par le frottement, s'accumulent, comme on voit les cellules épidermiques former des furfures sur les membres sans mouvements, et enfin par une augmentation du tartre gingival, ces enduits enveloppent les papilles, les isolent des aliments sapides, et empêchent toute sensation gustative de se produire. Les enlève-t-on mécaniquement, l'appétit se réveille, et les aliments qui auraient provoqué des nausées avant cette opération préalable trouvent alors l'estomac dans un état d'éréthisme favorable à leur élaboration. Ce phénomène se reproduit tous les jours chez les dyspeptiques. Beaucoup se mettent à table avec une inappétence qui leur fait croire qu'ils ne mangeront pas; mais, aussitôt que le frottement des premières bouchées a nettoyé la langue, l'appétit reparaît et la digestion se fait bien. C'est là un fait qui ne doit pas être perdu pour la pratique. Il nous arrive tous les jours, pour notre compte, de faire passer des aliments que l'anorexie des malades repoussait d'une manière invincible, en les engageant à se nettoyer très-exactement la bouche avant chaque repas, soit par des moyens mécaniques tels que le gratte-langue, la brosse, un linge rude; soit par des lotions appropriées avec l'eau de Cologne<sup>(1)</sup>, l'eau de Botot<sup>(2)</sup>, de l'eau aromati-

(1) 42. L'eau de Cologne est un alcoolat composé, dans lequel interviennent les essences de néroli, de romarin, de zeste d'orange, de zeste de citron, de bergamote.

(2) 43. L'eau de Botot se prépare par macération alcoolique d'anis verts, de cannelle de Ceylan, de girofle, de cochenille et quelquefois d'un peu de benjoin.

sée par de l'essence de menthe ou par quelques gouttes de teinture de pyrèthre<sup>(3)</sup>. Ces soins de toilette, qui ne devraient jamais être omis, même par les malades qui ne peuvent se les rendre eux-mêmes, éludent souvent les dangers d'une inappétence d'autant plus insidieuse que la cause en est plus vulgaire. Au reste, cette sorte d'anorexie et le remède très-simple qu'elle exige n'ont pas été signalés d'hier. Cœlius Aurelianus donne, dans diverses maladies de l'estomac, un conseil analogue: « *Collutione oris ex aquâ frigidâ dentium limus detergendus.* » Il n'y a pas, il faut bien le répéter, de petites choses en médecine pratique, et les minuties ont d'autant plus d'importance qu'elles sont plus habituellement négligées.

L'exercice et le changement d'air sont deux apéritifs empruntés au domaine de l'hygiène, et dont l'efficacité n'est assurément contestée par personne. Ce n'est pas impunément que les muscles s'endorment dans une torpeur abusive; la nutrition souffre de cette révolte des membres contre l'estomac, et l'apologue de Menenius Agrippa n'est pas seulement un adroit stratagème politique, il consacre en même temps une importante vérité en hygiène. Quant au changement d'air, il n'est pas de praticien qui n'ait constaté sur les autres ou sur lui-même l'influence apéritive de cette condition. Ne sortit-on que de deux lieues de l'endroit où l'on a perdu son appétit, on a des chances pour le retrouver. C'est là un des résultats les plus immanquables du déplacement, mais surtout du déplacement pour la campagne. Une jeune femme souffreteuse, atteinte en même temps de gastralgie opiniâtre et de tuberculisation commençante, en était arrivée à ne plus digérer; les aliments les plus légers ne passaient plus, et elle était réduite à un état de maigreur extrême. Son mari, découragé de l'insuccès des médicaments et de l'inutilité des précautions méticuleuses dont on entourait son régime, a la pensée d'essayer d'un voyage. Leur première étape les conduit dans une auberge de village où ils ne peuvent se procurer pour dîner qu'un poisson huileux et d'une indigestibilité notoire. L'estomac de la malade se tire à merveille de cette épreuve chanceuse, et sa tolérance ne se dément plus.

Il est bien peu de praticiens qui n'aient dans leurs souvenirs des faits analogues. (Fonssagrives, de l'*Influence curative du changement d'air et des voyages*; Paris, 1859.) L'air de certaines localités jouit d'ailleurs de ce remarquable privilège d'exciter l'appétit; on dit vulgairement de lui qu'il est *vif*. Les

(3) 44. La teinture de racine de pyrèthre du Codex est au 5<sup>e</sup>.

localités élevées, le bord de la mer, sont dans ce cas. La mobilité de l'atmosphère, la surabondance de l'ozone, les variations de température, paraissent trois conditions dans lesquelles se manifeste cette influence apéritive. Disons, enfin, que la variété des mets, leur apprêt, l'ordonnance élégante de la table, sont pour stimuler l'appétit des moyens que l'hygiéniste peut utilement invoquer. La digestion est un acte principalement organique, mais c'est aussi un acte qui a son côté cérébral. L'éréthisme réfléchi du cerveau sur les organes nombreux qui y concourent les met dans un état favorable à leur fonctionnement régulier, et c'est là une influence mi-partie physique, mi-partie intellectuelle, qu'il ne faut pas méconnaître, principalement dans l'inappétence des gens nerveux.

L'*hydrothérapie* peut aussi être considérée comme un des moyens apéritifs les plus puissants: « Le traitement hydrothérapique, dit à ce sujet Fleury, excite singulièrement l'appétit; les applications extérieures d'eau froide stimulent les organes, et la sudation augmente le chiffre matériel des pertes quotidiennes que subit l'économie par la combustion, les sécrétions, etc.; de là le besoin de réparation, la faim et le désir de manger, qu'accusent les sujets souvent au bout de quelques jours de traitement..... Il n'est pas rare de voir des malades qui, depuis longtemps, étaient plongés dans une anorexie complète, éprouvaient un dégoût insurmontable pour les aliments, et surtout pour la viande, manger bientôt avec voracité et rechercher surtout la viande et les aliments les plus substantiels. » (Fleury, *Traité thérapeutique et clinique d'hydrothérapie*; Paris, 1866, p. 86.) Cette poussée imprimée à l'appétit par les pratiques hydrothérapiques est telle que, dans les établissements consacrés à des traitements de cette nature, il faut souvent contenir les désirs alimentaires des malades, sous peine de les voir courir les risques d'une surcharge préjudiciable de l'estomac. Nous n'indiquons certainement pas ici les ablutions ou les douches comme un moyen applicable à toutes les inappétences; mais, quand le dégoût pour les aliments persiste et que, par ailleurs, la réparation est urgente, l'hydrothérapie peut offrir des ressources précieuses.

#### § 2. — Apéritifs médicamenteux

Il faut rapprocher des apéritifs *hygiéniques*, les apéritifs *médicamenteux*. Les uns et les autres concourent au même but, et l'on doit presque toujours combiner leur action. Ces derniers, envisagés à ce double point de vue, peuvent être ramenés à deux groupes:

1° *Condiments*. — On donne ce nom à toutes les substances sa-

pides et stimulantes qui, n'ayant pas, par elles et par les doses auxquelles on les emploie, de propriétés nutritives, excitent l'appétit et exaltent les aptitudes digestives. J'ai proposé de les subdiviser en: *a. condiments simples* (chlorure de sodium, sucre, condiments âcres et aromatiques); *b. condiments composés* (achars, moutarde, sauces). J'ai largement traité, dans un autre ouvrage, des propriétés des condiments et de l'usage qu'on peut en faire en diététique, et je ne puis que renvoyer le lecteur à ce passage. (*Hyg. aliment. des malades*, 2<sup>e</sup> édit., p. 93, 244.)

2° *Apéritifs médicamenteux proprement dits*. — La propriété apéritive est liée d'une manière constante à la qualité amère des substances dans lesquelles on la constate. C'est dire le nombre considérable des apéritifs de cette catégorie: le quinquina<sup>(1)</sup>, la gentiane<sup>(2)</sup>, la centaurée<sup>(3)</sup>, le quassia amara<sup>(4)</sup>, le co-

<sup>(1)</sup> 45. Le quinquina est un des apéritifs les plus usuels, et l'on peut même affirmer qu'on en abuse. La *macération amère de quinquina* se prépare avec 8 gram. de poudre de quinquina jaune, placée dans un nouet de mousseline et plongée dans un litre d'eau, jusqu'à ce que celle-ci ait pris une couleur jaune et un goût amer.

Les vins de quinquina apéritifs sont de formules extrêmement diverses. Chaque médecin a la sienne, et une pharmacie inventive en accroît tous les jours le nombre. L'*alcoolé* des diverses espèces de quinquina, à la dose de 5 à 20 gram. dans une quantité convenable de vin, peut suffire à tous les besoins de la médication apéritive.

Si l'on veut préparer du vin de quinquina soi-même, on peut employer la formule suivante:

2	Poudre de quinquina rouge concassé.....	15	grammes.
	Racine de gentiane concassée.....	10	—
	Écorce d'oranges amères.....	5	—
	Vin rouge.....	1000	—

Faites macérer jusqu'à amertume très-forte; filtrez.

<sup>(2)</sup> 46. La gentiane peut se donner en *tisane* (8 gram. de gentiane pour un litre d'eau); sous forme de *vin*, préparé avec 30 gram. de racine pour un litre de vin; ou bien par addition de 5 à 10 gram. de *teinture alcoolique* dans une quantité suffisante de vin.

<sup>(3)</sup> 47. La petite centaurée s'emploie sous forme de *tisane* (10 à 20 gram. par 500 gram. d'eau); d'*extrait* (de 50 centigr. à 5 gram.).

<sup>(4)</sup> 48. Le quassia amara peut être employé sous la forme de *poudre*, à la dose de 1 à 2 gram.; — de *macération amère*, à la dose de 5 gram. pour un litre; — de *teinture* au 5<sup>e</sup>, à la dose de 5 à 10 gram. On se sert souvent maintenant de gobelets en bois de quassia, dans lesquels l'eau prend très-rapidement une assez forte amertume; c'est un moyen fort commode et fort expéditif. Gubler reproche à cette pratique l'inconvénient de voir des moisissures d'un goût désagréable se développer à l'intérieur du gobelet;