

dans le tub, les affusions, l'enveloppement dans le drap mouillé, le maillot humide, etc.

La saison chaude et les saisons intermédiaires, le printemps et l'automne, sont les plus favorables pour commencer un traitement hydrothérapique. L'hiver toutefois, l'hydrothérapie peut être continuée et même commencée sans inconvénient; pendant cette saison même elle aurait une action plus énergique. Dans tous les cas il convient d'éviter avant ou après la douche, ou toute autre application hydrothérapique, le refroidissement du corps au contact de l'air froid; il faut donc que la chambre ou les locaux, où est appliquée l'hydrothérapie, soient chauffés et maintenus à une température de 16 à 18 degrés environ. Il est préférable aussi de commencer le traitement par un temps sec; dans ces conditions la réaction se fera mieux.

Pour favoriser l'action de la douche, ou de toute autre application hydrothérapique, et faciliter la réaction consécutive, il est certaines conditions à remplir. Il faut éviter que le corps soit exposé au refroidissement avant l'action de l'eau froide, il convient plutôt, au contraire, qu'il soit préalablement échauffé. Cette *pré-action* sera faite avec avantage par une marche préalable, ou par un exercice quelconque; il ne faut pas toutefois que l'exercice ait été trop violent ou que la marche ait été prolongée jusqu'à produire de la fatigue (une marche accélérée d'un quart d'heure à une demi-heure environ est généralement suffisante); il n'y a aucun inconvénient, contrairement à des préjugés généralement répandus, à recevoir la douche lorsque le corps est en sueur, à la condition toutefois que la respiration et la circulation n'aient pas été trop activées par l'exercice préalable, c'est-à-dire que la respiration ne soit pas haletante, qu'il n'y ait pas de palpitations ni une accélération trop prononcée du pouls. Si l'exercice n'est pas possible, l'échauffement extérieur du corps pourra être fait, au besoin, à l'aide d'autres procédés: maillot, étuve ou plus simplement une douche chaude administrée avant la douche froide. La *réaction* sera favorisée davantage par une marche ou un exercice modéré; il est préférable que la marche soit un peu prolongée plutôt qu'accélérée; il ne faut pas non plus que l'exercice soit trop violent, car il produirait un effet opposé à celui qu'on recherche. A défaut d'exercice, la réaction sera facilitée par des frictions légères ou un massage modéré¹.

II. CONTRE-INDICATIONS DE L'HYDROTHÉRAPIE. — Un *âge avancé* n'est pas par lui-même une contre-indication à un traitement hydrothéra-

1. Voir BOTTEY, Études physiologiques et thérapeutiques sur l'action et la réaction en hydrothérapie (*Annales de la Soc. d'hydrologie*, 1887).

pique; il faut tenir compte surtout, en pareil cas, de l'état du cœur et des artères; lorsqu'il n'existe pas de contre-indications de ce côté, il convient toutefois, chez les personnes âgées, d'éviter des excitations trop fortes et trop prolongées, il faut tenir compte aussi de ce que, chez elles, la réaction se fait moins facilement que chez les personnes jeunes. Si l'on a recours aux douches froides, on emploiera des douches courtes et plutôt des douches mobiles que la douche en pluie verticale; il y aura souvent avantage à faire précéder la douche froide d'une douche modérément chaude. Chez les personnes âgées, aussi, les procédés de sudation ne devront être employés qu'avec prudence et, lorsqu'il y a lieu d'y recourir, les étuves générales seront plutôt remplacées par les étuves partielles, les étuves à la lampe ou le maillot.

Chez les femmes, il faut tenir compte, au point de vue de l'application de l'hydrothérapie, des époques menstruelles et de l'état de grossesse ou de lactation. L'*époque des règles* doit être évitée, au début d'un traitement hydrothérapique, et il faut attendre que celles-ci soient terminées pour commencer le traitement; mais les opinions sont partagées sur la conduite à tenir au cours même du traitement: certains hydrothérapeutes sont d'avis de le continuer même pendant les règles, d'autres préfèrent le plus généralement le suspendre. Il est toutefois des cas où il est indiqué d'appliquer l'hydrothérapie pendant les règles: dans certains cas de dysménorrhée, par exemple, on peut faciliter ou provoquer l'écoulement des règles par l'application de douches froides ou de douches écossaises sur les régions lombaire et pelvienne et les membres inférieurs; dans des cas de ménorrhagies on pourra, au contraire, arrêter les hémorrhagies par l'application de douches sur les épaules et les parties supérieures du tronc, ou encore de douches locales sur la région plantaire. L'état de grossesse n'est pas, dans bien des cas, une contre-indication absolue à l'emploi de l'hydrothérapie, mais le traitement doit être appliqué alors avec ménagement; il en est de même dans la période de lactation.

Les *maladies du cœur* sont généralement considérées comme contre-indiquant l'hydrothérapie; cette contre-indication cependant n'est pas absolue. Dans les périodes où l'hyposystolie est encore peu accusée, l'hydrothérapie pourra parfois être appliquée utilement, mais il conviendra d'agir avec ménagement, d'éviter les procédés produisant une violente concentration du sang dans les organes profonds et agissant ainsi violemment sur la circulation centrale; des procédés plus doux, au contraire, notamment des douches chaudes, à température pas trop élevée, suivies d'une application modérément froide à laquelle on arrivera par transitions progressives, pourront

être employés avantageusement dans certains cas; dans les périodes avec hypersystolie plus ou moins marquée, il faudra aussi être très prudent dans les applications hydrothérapiques et souvent il vaudra mieux s'en abstenir; dans les périodes asystoliques, l'hydrothérapie, sous toutes ses formes, est généralement contre-indiquée. Dans les altérations artérielles, les anévrysmes des gros vaisseaux, etc., l'hydrothérapie est également contre-indiquée; il en est de même dans l'artério-sclérose et l'athérome artériel, quand les altérations vasculaires sont assez prononcées et que, par suite de la fragilité des vaisseaux, il est à redouter des ruptures que pourrait provoquer l'hydrothérapie par l'augmentation de la tension sanguine et l'excitation imprimée à la circulation centrale.

Dans les *affections aiguës des voies respiratoires* l'hydrothérapie sous forme de douches froides ou d'applications similaires est contre-indiquée. Toutefois, au cours d'un traitement hydrothérapique, l'apparition d'un simple rhume, ne s'accompagnant pas de fièvre un peu accusée, n'oblige pas à suspendre le traitement. Dans certains cas d'affections pulmonaires ou broncho-pulmonaires, l'hydrothérapie, sous forme de bains tempérés, de maillot humide ou de médication antithermique, peut rendre des services, mais nous n'avons pas ici à insister sur ce point. Dans certaines maladies chroniques des voies respiratoires, dans la tuberculose pulmonaire notamment, l'hydrothérapie n'est pas regardée par quelques-uns comme contre-indiquée et même elle est employée comme mode de traitement aux diverses périodes de la maladie; généralement, cependant, on évite l'hydrothérapie, dans la tuberculose pulmonaire, même pendant la première période; mais elle peut être employée utilement, comme moyen hygiénique et prophylactique, chez des individus prédisposés.

III. HYDROTHÉRAPIE DANS LES MALADIES DU SYSTÈME NERVEUX. — Nous serons bref sur ce point, les indications du traitement hydrothérapique ayant été fournies déjà précédemment à propos de la description nosographique des diverses affections du système nerveux. Les méthodes et les procédés hydrothérapiques devront être nécessairement adaptés aux effets que l'on voudra produire, proportionnés aux divers cas et à la résistance individuelle des malades.

La méthode antithermique est indiquée dans certaines maladies du système nerveux, accompagnées d'hyperpyrexie, le rhumatisme cérébral notamment; dans ces conditions les bains froids et les autres procédés antipyrétiques, bains progressivement refroidis, bains tempérés, enveloppements plus ou moins fréquemment répétés, affusions, lotions froides, etc., seront souvent employés avec fruit. Dans certaines maladies aiguës hyperpyrétiques, la fièvre typhoïde

principalement, dans certains cas de fièvres éruptives ou même dans certaines formes de maladies broncho-pulmonaires, les mêmes méthodes rendront de grands services, non seulement pour combattre l'hyperpyrexie, mais encore et surtout peut-être, pour modifier diverses manifestations symptomatiques d'ordre nerveux, en particulier le délire fébrile et les troubles ataxo-adiynamiques.

Les méthodes de sudation, aussi, seront indiquées dans divers troubles nerveux et principalement dans ceux qui sont liés à certaines diathèses, l'arthritisme notamment, ou à des intoxications diverses. Suivant les cas, la sudation sera employée seule ou elle sera associée à d'autres procédés hydrothérapiques.

Les bains chauds, longtemps prolongés, pourront, comme nous l'avons déjà vu, rendre d'importants services dans certaines formes d'excitation nerveuse.

Mais c'est surtout sous la forme de douches, ou des autres méthodes similaires d'application de l'eau froide ou de l'eau chaude et froide, que l'hydrothérapie sera le plus communément appliquée au traitement des maladies du système nerveux. Comme les procédés à employer différeront suivant les effets que l'on voudra obtenir, nous devons nous arrêter un instant sur les effets thérapeutiques que l'on peut attendre de l'hydrothérapie et sur la manière de les obtenir. On distingue généralement les effets thérapeutiques, produits par les applications hydrothérapiques, en effets révulsifs, effets excitants ou toniques, et effets calmants ou sédatifs; suivant les méthodes employées, ces effets peuvent être obtenus plus ou moins isolés ou au contraire être associés entre eux d'une façon immédiate ou plus ou moins éloignée; des effets analogues, d'ailleurs, peuvent être produits par des procédés très différents, suivant la manière de les appliquer et suivant la durée de leur action. Ainsi des effets révulsifs seront surtout produits par une douche très chaude plus ou moins prolongée, ou par une douche chaude suivie d'une douche froide et courte (voir plus haut *Douche écossaise révulsive*), mais ils pourront être produits aussi, quoique atténués, par une douche froide, etc.; des effets excitants ou des effets toniques seront le plus habituellement produits par une application courte de l'eau froide: douche, piscine, affusions, etc., ils seront produits aussi par une douche chaude suivie d'une douche froide suffisamment prolongée; les effets sédatifs, surtout produits par un bain chaud et prolongé à une température indifférente, produits aussi par une immersion assez longue dans la piscine tempérée, ou par une immersion plus ou moins prolongée dans la piscine fraîche ou froide, pourront être produits aussi par une douche froide un peu prolongée; mais dans ces deux derniers cas l'effet sédatif sera précédé d'effets excitants qui parfois dépasseront le but proposé. D'ailleurs,

dans l'appréciation de l'action thérapeutique que l'on cherche à obtenir, il faut tenir compte d'une part des effets immédiats et des effets consécutifs de l'application hydrothérapique employée, et d'autre part de la susceptibilité individuelle du malade et de la nature de sa maladie. Aussi la distinction entre les effets excitants ou toniques et les effets sédatifs est-elle souvent toute relative et fréquemment ces deux ordres d'effets se trouvent associés et plus ou moins rapprochés; on peut le vérifier, en particulier, dans un grand nombre de cas pour les maladies du système nerveux, où l'on voit des médications, dont les effets sont avant tout toniques, produire consécutivement la sédation de divers troubles morbides.

Parmi les maladies du système nerveux ce sont surtout celles qui dépendent d'altérations fonctionnelles, constituant les diverses névroses, qui se trouvent le plus heureusement influencées par l'hydrothérapie. Celle-ci rendra donc de très grands services dans le traitement de l'hystérie, de la neurasthénie, du goître exophtalmique, de la chorée, etc., et dans ces formes de déséquilibre psychique, de perversions mentales, que l'on a appelées parfois « frontières de la folie ».

Souvent aussi dans les maladies avec altérations organiques, que celles-ci aient pour siège le cerveau, la moelle ou les nerfs périphériques, l'hydrothérapie sera utile, plus fréquemment en modifiant les troubles fonctionnels surajoutés qu'en modifiant les altérations mêmes qui constituent la maladie principale; quelquefois aussi elle pourra avoir une heureuse influence sur celles-ci, soit plus ou moins directement par voie réflexe, soit secondairement par les modifications apportées dans la nutrition générale. Il est toutefois un certain nombre d'affections organiques du système nerveux où l'hydrothérapie est contre-indiquée, ou ne doit être employée qu'avec de grands ménagements: telles sont les maladies dues à des altérations des vaisseaux encéphaliques; dans la paralysie générale, l'hydrothérapie est généralement aussi contre-indiquée et son emploi est plutôt nuisible.

Dans le tabes au contraire, l'hydrothérapie peut être utile; mais il faut se rappeler, à propos de cette maladie, que, si quelques tabétiques supportent bien l'eau froide, beaucoup la supportent difficilement et que chez ces derniers on ne devra employer que l'eau chaude ou tempérée.

Dans les névralgies, la sciatique notamment, l'hydrothérapie sera souvent utilement employée, soit comme modificateur de la nutrition générale, soit comme modificateur de l'état local: on aura recours principalement, dans ce dernier cas, aux douches écossaises ou aux douches de vapeur, parfois aussi aux douches exclusivement froides.

E. HUET.

FORMULAIRE

DES

MALADIES DU SYSTÈME NERVEUX

PRINCIPALES MÉDICATIONS

MÉDICATION ANALGÉSIQUE

| | | | |
|---|------------------|---|------------------|
| Acétanilide ou antifebrine : | | Nitrate d'aconitine.... | 1/10 de milligr. |
| Acétanilide..... | 0,50 centigr. | Sulfate de quinine.... | 0,20 centigr. |
| Pour 1 cachet. — N° 6. | | Miel..... | q. s. |
| 1 à 2 cachets par jour. | | Pour 1 pilule. — N° 10. | |
| | | 1 à 3 pilules en vingt-quatre heures. | |
| <hr/> | | | |
| Aconit et aconitine (Névràlgie du trijumeau) : | | Antipyrine : | |
| Poudre de feuil. d'aconit. } | aa 0,05 cent. | <i>Cachets :</i> | |
| Extrait de feuil. d'aconit. } | | Antipyrine..... | 1 gramme. |
| Pour 1 pilule. — N° 20. | | Pour 1 cachet. — N° 10. | |
| 1 à 3 pilules par jour. | | 2 à 5 cachets par jour. | |
| Poudre de rac. d'aconit. } | aa 0,02 cent. | Antipyrine..... | 1 gramme. |
| Extrait thébaïque..... } | | Bicarbonate de soude.... | 0,50 cent. |
| Pour 1 pilule. | | Pour 1 cachet. — N° 10. | |
| 2 à 4 pilules par jour. | | 2 à 5 cachets par jour. | |
| Alcoolature de racines | | <i>Potion :</i> | |
| d'aconit | XXX gouttes. | Antipyrine..... | 2 à 5 grammes. |
| Eau de fleurs d'oranger. | 10 grammes. | Sirop de limon..... | 30 — |
| Sirop de morphine.... | 40 — | Eau distillée..... | 100 — |
| Eau de laitue..... | 100 — | F. s. a.—A prendre en deux ou trois fois | |
| M. — Potion à prendre par cuillerées | | à souper toutes les heures. | |
| à soupe toutes les heures. | | <i>Cachets :</i> | |
| | | Antipyrine..... | 0,50 cent. |
| Aconitine : | | Sulfate de quinine..... | 0,25 — |
| Aconitine cristallisée | 1/10 de milligr. | Pour 1 cachet. — N° 12. | |
| Poudre de guimauve.... } | aa 0,05 cent. | 2 à 4 cachets par jour. | |
| Extrait de quinquina jaune. } | | <i>Injection hypodermique :</i> | |
| Pour 1 pilule. — N° 10. | | Antipyrine..... | 5 grammes. |
| 1 à 3 pilules en vingt-quatre heures. | | Eau distillée bouillie... q. s. pour 20 cent. | |
| | | cubes. | |