

diverses : chiendent, queues de cerises, bourres de maïs, douce-amère, bardane, auxquelles on peut adjoindre des sels de potasse à faibles doses (nitrate, acétate, tartrate, etc.), le lait sont-ils considérés comme de très utiles adjuvants.

CALMANTS GÉNÉRAUX. — Dans une affection aussi douloureuse que la goutte à sa période aiguë, ce que le patient réclame tout d'abord, c'est la suppression de la douleur. Les remèdes locaux, dont nous disons quelques mots plus loin, sont généralement lents ou insuffisants. Aussi est-on autorisé à calmer le malade avec des narcotiques.

Le chloral et le bromure de potassium sont deux médicaments de choix. Un verre à liqueur de sirop de chloral du Codex, ou 2 à 3 grammes de chloral incorporés dans une potion, assurent, sinon le repos absolu, du moins un calme relatif. De même le bromure de potassium à la dose de 2 à 5 grammes. On peut d'ailleurs les associer dans une même préparation.

L'antipyrine est plus infidèle. Elle a en outre des inconvénients, dont l'un des plus grands est de diminuer notablement la diurèse.

Les préparations opiacées n'ont pas de supériorité évidente sur les substances précédentes. Dans les cas de douleurs très aiguës, l'injection de morphine est incomparable; mais il ne faut y recourir qu'en dernier lieu, parce qu'à la moindre attaque le malade qui en aura bénéficié la réclamera avec insistance.

REMÈDES LOCAUX. — Le plus banal et l'un des meilleurs calmants est le cataplasme chaud, soit le cataplasme de farine de lin largement arrosé de laudanum, soit toutes les modalités du cataplasme : compresses imbibées d'eau tiède, de lait chaud, de décoctions variées, additionnées de substances calmantes.

Les liniments belladonnés, morphinés, chloroformés sont aussi de bons auxiliaires. La formule suivante est commode :

Chlorhydrate de cocaïne.....	} aa	0 ^{gr} ,10 ou 0 ^{gr} ,20
— de morphine.....		
Huile d'amandes douces.....		20 grammes.

Ou bien :

Laudanum de Sydenham.....	} aa	10 grammes.
Baume tranquille.....		
Chloroforme.....		

Ou la pommade de Bourget (de Lausanne) :

Acide salicylique.....	} aa	5 grammes.
Essence de térébenthine.....		
Lanoline.....		
Axonge fraîche.....		

Après avoir fait une large onction sur toute la région malade, on enveloppe celle-ci d'ouate, puis on recouvre d'une feuille de taffetas gommé ou de baudruche, et on fixe avec une bande.

Quelques médecins ont également préconisé le salicylate de méthyle en applications externes; mais il ne m'a jamais donné de grands résultats.

Le vésicatoire n'est plus guère usité, sauf dans les cas où l'épanchement articulaire est considérable. Les bains de pieds chauds, les bains de vapeur locaux, les fumigations aromatiques, les bains locaux, d'huile tiède, peuvent également être employés avec profit.

Régime alimentaire. — La goutte peut être considérée comme une affection continue à paroxysmes, ceux-ci étant représentés par les accès aigus. Le régime alimentaire que nous allons exposer s'adresse à toute la période plus ou moins latente pré- ou post-paroxystique, à ce qu'on appelle l'état goutteux. Dans les accès aigus, l'alimentation doit être en effet réduite. Pendant la crise douloureuse, on applique le même régime que dans toute fièvre, la diète liquide et, quand le paroxysme s'éteint, le régime mitigé.

L'accès une fois passé, la maladie persiste néanmoins, et sa durée s'étend durant de longues années, occupe souvent toute la vie. Le goutteux sait bien et sent bien qu'il n'en est pas quitte avec l'attaque. C'est pendant ces longues périodes qu'il doit suivre le traitement le plus convenable pour diminuer le nombre et l'intensité des attaques, pour en espacer la réapparition et surtout pour reculer le moment où surviendront les complications de la goutte et les manifestations des états morbides associés (artério-sclérose, néphrite chronique, scléroses disséminées ou localisées).

Je ne m'appesantirai pas ici sur les méfaits de la bonne chère : depuis des siècles, la chose est connue et répétée. Mais, autant sinon plus que les excès de table, il faut incriminer une autre cause dans le développement de la goutte. Que celle-ci frappe les riches qui s'attardent volontiers aux tables chargées de mets succulents et raffinés, qu'elle frappe le pauvre qui peine et vit mal dans un espace confiné, ou qu'elle éclate chez des prisonniers de guerre, reclus dans une casemate et au régime du pain bis et de l'eau saumâtre, la goutte est souvent, très souvent une maladie de stabulation. J'ai observé tout récemment un cas de goutte chez une femme misérable, dont l'alimentation se composait de pain, de trois ou quatre sous de viande de cheval par jour (pour cette somme on a 120 grammes environ) et d'un peu de légumes. Elle sortait très peu, ayant honte de sa misère. Elle buvait de l'eau et une infusion qu'elle faisait avec des feuilles de cassis. Outre la goutte avec déformations articulaires, elle présentait

quelques petites plaques d'eczéma sec, craquelé, au niveau des mains.

L'hygiène et l'exercice corporel ont une plus haute et plus favorable influence que le régime alimentaire même. Cela explique la variété pour ne pas dire la discordance des régimes qui ont été proposés contre la goutte.

Toutefois, il y a certains aliments, certaines boissons qui semblent au moins favoriser l'éclosion des attaques. Il est évident que ces substances doivent être écartées du régime des goutteux.

Les régimes exclusifs ne donnent généralement pas les résultats qu'on en attend. Ils ont de nombreux détracteurs.

Le régime lacté absolu a été généralement condamné. Si l'on peut l'employer dans certaines complications de la goutte et à titre temporaire, il ne faut pas en faire un usage exclusif. M. Lecorché qui, après Sydenham et d'autres, l'a combattu, lui reproche l'intolérance qu'il détermine parfois et surtout la débilitation et l'atonie générale, condition qu'il redoute par-dessus tout chez le goutteux. M. Mathieu, en démontrant par l'équivalence des calories que le régime lacté est un régime d'« inanition relative », aboutit à la même conclusion.

Le régime végétarien exclusif, où il n'entre aucune substance de provenance animale, doit être déconseillé. Quand, au contraire, on y adjoint le beurre, le lait, les œufs, la ration d'entretien devient suffisante et présente de sérieux avantages. Sous l'influence de ce régime végétal, l'acide urique baisse notablement dans les urines et l'acidité urinaire diminue.

Le régime carné exclusif a été vanté par quelques auteurs. Von Mering, le conseillant, pense amener la dissolution plus facile de l'acide urique par la surproduction d'urée qu'entraîne la diète carnée; or l'urée serait le meilleur dissolvant de l'acide urique. Mortimer-Granville, qui donne à discrétion et de préférence des viandes noires et fortes (bœuf, mouton), du jus de viande, du thé de bœuf, prétend que la quantité d'acide urique observée à la suite de ce régime n'est pas due à la surproduction de cet acide, mais au contraire à son élimination plus complète. Le régime carné exclusif est, d'après lui, suivi au bout de peu de jours d'une diminution de l'acide urique et d'une augmentation de l'urée. Armstrong préconise également la viande comme stimulant l'élimination de l'acide urique: il y joint l'emploi de légumes frais cuits et de l'eau chaude. Kolisch recommande la viande rouge parce qu'elle contient beaucoup moins de nucléo-albumines que les autres substances glandulaires; on sait que, pour Kolisch, l'acide urique et les dérivés xanthiques ont leur origine en grande partie dans le dédoublement des nucléo-albumines, soit alimentaires, soit organiques. A citer aussi le régime de Cantani, qui

défend les graisses et les hydrates de carbone et n'autorise que la viande, les œufs, le poisson et les légumes verts.

En France, on s'accorde à conseiller aux goutteux une alimentation mixte et variée, d'où ne sont guère exclus que certains aliments. On insiste surtout sur la limitation de la quantité des aliments, et l'on s'efforce d'éviter les abus, les excès.

Toutes les viandes peuvent être données aux goutteux, bœuf, mouton, veau, porc frais, volailles, etc. Les gibiers ne seront autorisés qu'en petite quantité et presque exceptionnellement, de même la charcuterie. Les gibiers faisandés seront formellement interdits.

Les poissons ne sont généralement pas recommandés. Dans les proportions où le poisson entre dans notre alimentation moyenne dans nos régions, je crois que le goutteux peut sans inconvénient en faire usage. L'interdiction du poisson dans une foule de maladies est une répétition que nous faisons des idées de nos prédécesseurs. Ils excluaient le poisson du régime des malades à cause de la facilité avec laquelle cet aliment se corrompt. Aujourd'hui il arrive sur les marchés dans des conditions de fraîcheur très satisfaisantes. Les goutteux peuvent donc en user. La sole, le merlan et le turbot doivent être choisis de préférence.

Les sauces relevées, les épices, les condiments seront évités, surtout à cause de la propension manifeste des goutteux aux troubles dyspeptiques.

Les graisses, le sucre sont autorisés. On n'en réduira la quantité que dans certains cas spéciaux, quand le malade aura une tendance à l'obésité, au diabète ou aux troubles gastriques.

Tous les légumes, surtout les légumes verts, sont permis. Notons cependant une exclusion formelle pour l'oseille et les tomates, et une certaine réserve pour les asperges et les épinards, dont on n'usera qu'à titre exceptionnel.

Les fruits, de préférence les fruits bien mûrs, à cause de leur plus facile digestibilité, sont recommandables. Garrod autorise les groseilles, le raisin, les oranges et même les fruits acidulés. M. Lecorché permet les pêches, prunes et raisins, mais exclut complètement les groseilles, les fraises, les framboises, les pommes et les poires.

En résumé, on voit qu'une grande latitude est laissée au goutteux dans le choix de ses aliments. Ceux qui lui sont formellement interdits sont rares et leur exclusion n'entraîne pas une privation sérieuse. Le grand principe de son alimentation est la modération dans la quantité des aliments.

BOISSONS. — Les boissons doivent être l'objet de certaines recommandations. La boisson par excellence est l'eau pure. C'est là un fait