

Un médicament dont l'action a été surtout étudiée dans ces derniers temps, et dont Hammond invoque les effets physiologiques à l'appui de sa théorie sur le sommeil, est le *bromure de potassium*. Sédatif puissant des centres nerveux, le bromure diminuerait l'afflux du sang vers ces organes; cette propriété de combattre ou de prévenir la congestion encéphalique expliquerait son action dans l'épilepsie. Ses propriétés hypnotiques sont très-remarquables; je les ai vérifiées dans un très-grand nombre de cas, mais il m'a semblé assez souvent qu'elles s'usaient et s'épuisaient rapidement, quand l'insomnie tenait à des conditions morbides que le bromure ne pouvait modifier. Je l'ai employé, comme le conseille le docteur Hammond, à la dose de 1 à 3 grammes, moitié avant le repas du soir, et moitié à l'heure du sommeil. En général, je l'ai fait dissoudre dans un véhicule aromatisé, quelquefois dans un mélange de sirop d'écorces d'oranges et de sirop de fleurs d'oranger. Il convient de s'assurer que le bromure est parfaitement pur; trop souvent les droguistes le vendent mêlé d'iodure, et alors il peut perdre son efficacité.

Je l'ai employé avec succès dans des cas où l'encéphale était le siège d'un travail congestif; ainsi, chez une malade atteinte d'hémorragie cérébrale avec des phénomènes d'excitation et des spasmes qui pouvaient faire craindre une inflammation autour du foyer, le bromure longtemps employé a toujours modéré cet accident et provoqué le sommeil. — Chez plusieurs malades atteints d'inflammation oculaire, le bromure a non-seulement ramené le sommeil, mais paru exercer une action favorable sur l'affection des yeux; peut-être faut-il attribuer une bonne part de cet effet à son action hypnotique, car l'insomnie peut augmenter la congestion oculaire et suffit même quelquefois pour en provoquer un léger degré.

Dans des insomnies coïncidant avec de la toux, j'ai employé le bromure de potassium associé à l'extrait de jusquiame. Chez un jeune homme qui ne dormait pas depuis plusieurs nuits, tourmenté par des quintes de toux fatigantes, ce remède a produit un sommeil de quatorze heures dont il est sorti à peu près guéri de sa toux. — Une domestique de la même famille, atteinte de fièvre catarrhale au déclin, éprouva de la même médication des effets calmants analogues, quoique moins accentués.

J'ai procuré, à l'aide du bromure de potassium, un sommeil profond et réparateur de huit heures à un jeune homme qui, surmené par des exercices gymnastiques immodérés, avait, depuis trois semaines, perdu complètement le sommeil. Mais, dès le lendemain, il n'avait dormi que

trois ou quatre heures, et, après quinze jours d'essais, n'ayant obtenu des moyens hygiéniques et pharmaceutiques qu'un résultat incomplet, je l'ai envoyé dans un établissement hydrothérapique.

M. Brown Sequard (*Leçons sur les vaso-moteurs et sur l'épilepsie*, 1872, p. 145) conseille, quand le bromure seul ne ramène pas le sommeil, d'y ajouter une petite quantité de narcéine ou de codéine. Quand les moyens pharmaceutiques ont échoué, un bain tiède, prolongé de quatre à six heures, a quelquefois triomphé de l'insomnie.

Dans les circonstances où l'opium est contre-indiqué, soit à cause de la nature de la maladie, soit à cause d'antipathies idiosyncrasiques, l'alcoolature d'aconit, l'eau de laurier-cerise sont employés quelquefois avec succès; et s'ils sont doués d'une puissance calmante infiniment moindre, ils ont l'avantage d'obtenir le plus souvent une tolérance facile. Je dis le plus souvent, car vous rencontrerez des sujets névropathiques qui ne peuvent supporter l'eau de laurier-cerise, et, chez certaines personnes, l'alcoolature d'aconit provoque de la diarrhée.

Un nouveau médicament est venu dans ces dernières années prendre rang parmi les hypnotiques: c'est le chloral. Suivant l'opinion la plus accréditée, mais non encore suffisamment démontrée peut-être, le chloral se transformerait en chloroforme dans l'organisme; quoi qu'il en soit, il constitue un des plus puissants sédatifs du système nerveux et un des somnifères les plus efficaces. On donne habituellement l'hydrate de chloral à la dose de 1 à 3 grammes, renfermé dans des capsules gélatineuses ou dans une potion, associé au sirop de Tolu pour en masquer la saveur désagréable; il n'est pas toujours facilement supporté par l'estomac.

Il n'est pas rare, après quelques jours de son emploi, de voir survenir des troubles gastriques qui forcent à en suspendre l'usage. Des accidents plus graves lui ont été imputés: on a rapporté des faits de morts subites qui lui étaient attribuées. J'ai lu quelques-unes de ces observations, et elles n'ont pas porté la conviction dans mon esprit; cependant, l'activité de ce médicament, ses affinités avec le chloroforme, exigent qu'on le dose avec prudence.

On l'a quelquefois associé au bromure; j'ai vu ce mélange réussir dans un cas d'insomnie et d'anxiété extrêmes produites par une lésion du cœur.

Avec les agents médicamenteux, il faut faire concourir les *moyens hygiéniques*. Le régime sera modéré, non excitant, proportionné à l'activité des organes digestifs; celui du soir surtout ne devra pas imposer

à ces organes un effort qui puisse troubler l'économie. Inutile d'ajouter qu'il en faudra exclure toutes les substances qui stimulent les centres nerveux.

Nous avons déjà recommandé l'exercice modéré au grand air avant l'heure du sommeil.

Appuyé sur sa théorie physiologique, Hammond a recommandé à quelques malades tourmentés par une insomnie opiniâtre de dormir pendant quelques nuits dans un fauteuil; et il assure avoir pu rétablir ainsi l'habitude du sommeil chez des personnes qui, dans leur lit, s'agitaient pendant la nuit entière en proie à l'insomnie. Il cite à l'appui de cette assertion l'observation de personnes chez lesquelles le décubitus horizontal semblait exciter les facultés intellectuelles, de poètes ou de romanciers qui trouvaient au lit leurs plus heureuses inspirations, de savants qui choisissaient cette position pour résoudre les plus ardues problèmes. Mais que d'exemples contraires ne peut-on pas opposer à ceux-là! combien de gens qui perdent, en entrant au lit, l'activité de leur esprit! La secte péripatéticienne ne philosophait-elle pas en marchant? Cela ne veut pas dire que je mette en doute les assertions de Hammond; je crois que certains sujets peuvent exceptionnellement dormir mieux assis que couchés; mais, à l'interprétation du phénomène, nous appliquons ce doute que nous avons déjà manifesté plus haut. J'admets, tout en appelant sur ce sujet de nouvelles expériences, que le sang, pendant le sommeil, arrive au cerveau en moindre abondance. Mais est-ce là la cause du sommeil, la modification initiale de cet acte physiologique? ou n'est-ce qu'un phénomène connexe relevant, comme le sommeil lui-même, d'une modalité plus profonde du système nerveux? Voilà ce qui ne paraît pas suffisamment éclairci. Il arrive trop souvent que nous prenons pour la cause première des actes physiologiques, des manifestations extérieures qui peuvent n'en être que des conditions secondaires ou des faits concomitants.

La théorie du docteur Hammond a rencontré des contradicteurs. Le docteur Clarke pense que, portée à un certain degré, l'anémie met obstacle au sommeil, et il explique ainsi l'inefficacité habituelle du bromure comme hypnotique, chez les anémiques; il est possible en effet que, dans les conditions normales, le cerveau reçoive moins de sang pendant le sommeil que pendant sa période d'activité, et il se peut cependant que poussée à un degré excessif, l'anémie ne permette pas ce repos du cerveau qui entre dans le cours régulier de la vie de l'organe. Le cerveau doit alors souffrir dans sa nutrition, son équilibre fonctionnel est

troublé, et l'insomnie peut être une des manifestations de ce désordre.

Un afflux trop considérable comme un contingent insuffisant du sang, peut produire une incitation anormale qui empêche l'acte physiologique du sommeil; nous voyons, dans d'autres circonstances, des conditions morbides opposées aboutir à des effets semblables: le vertige, la céphalalgie, accompagnent aussi bien la congestion que l'anémie.

Chez des sujets débilités, anémiques, l'insomnie, dit Hammond, peut tenir à une congestion relative de l'encéphale, à l'atonie des vaisseaux cérébraux. Dans ces cas, le *café*, et l'*alcool* surtout, peuvent être, suivant lui, de puissants hypnotiques. Il cite des cas dans lesquels l'eau-de-vie, donnée à des doses élevées et répétées, a vaincu l'insomnie rebelle à d'autres médications.

Nous avons dit que l'agrypnie était souvent liée au trouble des organes digestifs; elle accompagne souvent la dyspepsie. Dans ce cas, les *amers*, les *eaux digestives*, la *pepsine*, le *régime*, l'*hydrothérapie* ou les *bains minéraux* sont aussi indiqués et aussi efficaces que l'opium le serait peu; excepté toutefois dans les cas où des phénomènes gastralgiques viennent accompagner l'altération des fonctions gastriques; alors, en effet, une minime fraction d'opium ou de belladone prise avant les repas dans un véhicule amer calme la sensibilité morbide de l'estomac et peut contribuer au rétablissement de ses fonctions. Quelquefois ce sera un état gastrique passager, aigu, dit saburral, et qui cédera aux évacuants ou aux simples délayants.

L'insomnie dyspeptique est très-commune, et vous l'observerez souvent. Un des premiers exemples que j'aie rencontrés dans ma pratique, et qui par cela même s'est gravé dans ma mémoire, fut celui d'un homme du monde qui, après avoir un peu abusé de la table et du tabac, fut pris de troubles gastriques avec vertiges et insomnie. Pendant un mois, saignées, purgatifs furent prodigués avec une inconcevable profusion. Le malade maigrissait à vue d'œil, dormait de plus en plus mal. Des amers, la pepsine, un régime méthodique, un peu d'eau de laurier-cerise pendant la nuit amenèrent une guérison rapide.