

Les truffes, les champignons constitués en grande partie par une trame ligneuse ne conviennent pas aux dyspeptiques, non plus que les hors-d'œuvre (cornichons, radis, concombres, olives, etc.).

Les condiments, utiles dans certaines conditions, notamment dans les climats chauds, pour ranimer l'appétit languissant, sont à supprimer chez les dyspeptiques. On interdira donc le piment, le poivre, l'ail, les câpres, les anchois, le caviar, le raifort, la montarde, et tous les mets relevés avec de la girofle, de la muscade, de l'estragon, de la cannelle, etc. On autorisera seulement le thym, le laurier dans les assaisonnements. Le vinaigre sera remplacé avantageusement par le jus de citron chez les hypochlorhydriques.

Jusqu'ici, l'action des régimes chlorurés ou déchlorurés n'avait pas été contrôlée; on proscrivait simplement le sel en excès chez les dyspeptiques et notamment chez les hyperchlorhydriques, parce qu'on lui attribuait une action locale excitante sur la muqueuse gastrique. Les intéressants travaux sur la rétention des chlorures chez les brightiques, chez les cardiaques, etc., ont déterminé les physiologistes à préciser l'action du sel chez les différents dyspeptiques. MM. Vincent (*Soc. de Biologie*, 8 janvier 1904), Linossier, Laufer (*Soc. de Biologie*, 16 janvier 1904) ont montré que : 1° un régime très chloruré et prolongé aggrave l'hyperpepsie; 2° que la déchloruration du régime diminue, au contraire, l'hyperpepsie.

Le régime lacté absolu, employé depuis longtemps, en dehors de toute considération théorique, doit en partie son action sédative à sa faible teneur en chlorures, qui a pour conséquence un amoindrissement des éliminations chlorées (Hayem). On peut obtenir un résultat analogue par un régime mixte déchloruré. On admet que le régime normal comprend une dose moyenne de 2 grammes de sel et que le pain augmente cette dose de sel de 2 gr. 50 par 500 grammes. On peut obtenir une hypochloruration suffisante en prescrivant le régime ordinaire, d'où l'on supprime le pain, ou en remplaçant celui-ci par des pommes de terre ou bien encore en employant du pain fabriqué sans chlorure de sodium. M. Laufer recommande le régime suivant, qui permet de réaliser au maximum l'hypochloruration :

Lait	1000 grammes,	contenant	1 gr. 06 de sel.
Pommes de terre	500	—	0 gr. 05
Deux œufs	70	—	0 gr. 55
Viande	500	—	0 gr. 75
Farine	200	—	—
Sucre	50	—	—
Beurre	40	—	—

pas de pain.

Ce régime contient en tout 2 gr. 19 de sel, fournit 2700 calories et 20 grammes d'azote.

Si le régime hypochloruré est indiqué chez les hyperpeptiques, l'hyperchloruration est au contraire utile chez les hypopeptiques; seulement, ainsi que le conseille M. Linossier, il faut administrer ces sels, non avec les aliments et par la voie stomacale, mais en dehors des repas, par voie rectale (lavements de 200 grammes d'eau, contenant 15 grammes de sel, répétés deux fois par jour).

La plupart des sauces doivent être proscrites, parce qu'elles exigent l'addition de beurre, d'épices, de vins, etc. On interdira donc les sauces au roux, la mayonnaise, les sauces tomate, crevette, vinaigrette, bercy, au beurre d'anchois, etc. On autorisera seulement la sauce blanche mousseline (pour la préparer, on doit délayer de la farine et la faire cuire en tournant; puis ajouter du lait crémeux, bien délayer à nouveau et réduire en tournant toujours; casser un œuf, ajouter et mêler le jaune, remettre un peu au feu, saler; battre le blanc en neige et l'incorporer très rapidement à la sauce).

Parmi les fruits, un certain nombre sont habituellement bien supportés par les dyspeptiques, lorsqu'ils sont parvenus à un degré suffisant de maturité : les pêches, le raisin, les prunes, les mirabelles, les petites fraises peuvent donc être permis à la condition que les pellicules, les pépins et les noyaux soient soigneusement rejetés; les bananes, les poires fondantes sont assez bien supportées en général. Le melon est particulièrement indigeste. Parmi les fruits acides, les oranges peuvent être utiles aux hypopeptiques; mais d'une façon générale les fruits acides devront être soumis à la cuisson et pris en compote ou en gelée, ou cuits au four, comme les pommes. Les compotes de pruneaux, de pêches, de poires, de pommes sont celles qui conviennent le mieux aux dyspeptiques. Les amandes, les noix, les noisettes doivent être laissées de côté en raison des huiles grasses qu'elles contiennent.

Les fruits doivent être interdits dans les cas de flatulence et de diarrhée : ils sont utiles chez les dyspeptiques constipés. On doit prendre la précaution de peler les fruits qui seront mangés crus, ou, s'ils ne peuvent être pelés, de les laver à grande eau. On élimine ainsi une partie des levures dont la présence provoque les fermentations gastriques.

La cure de raisin est utilisée depuis longtemps pour le traitement de la constipation habituelle, des cirrhoses, de certaines dermatoses et des manifestations de l'arthritisme en général. Elle peut se faire partout, bien que certaines stations soient renommées pour cette cure, notamment Heiden, Veytaux, Aigle, en Suisse, Méran dans le Tyrol et Celle-les-Bains dans l'Ardèche. Sous l'influence de la cure, les fonctions digestives se régularisent en général, la diurèse s'établit, etc.; ajoutons que la vie au grand air, l'exercice, le repos de l'esprit ne sont pas étrangers à l'amélioration de l'état des malades.

La pulpe de raisin contient 72 à 80 parties d'eau, 14 à 15 de sucre, 0,5 à 0,6 de tartrate acide de potasse, 0,5 à 0,5 d'acides tartrique et malique, 1,2 à 1,5 de matières albuminoïdes, etc. D'après Moreigne, qui a étudié expérimentalement les effets de la cure de raisin (*Archives de médecine expérimentale*, mai 1902) avec la diurèse, on observe une diminution du degré d'acidité des urines, une diminution en valeur absolue et relative de l'acide urique, une diminution des fermentations intestinales et d'autre part une action d'épargne vis-à-vis des matières azotées (d'où une augmentation de poids des malades). De ces effets on peut conclure à l'utilité de la cure dans les cas pathologiques visés plus haut. Il y a une certaine analogie de composition et d'effets entre le raisin et le petit-lait.

Pour réaliser une cure de raisin on doit en manger suivant la tolérance individuelle, de 500 grammes à 5 kilogrammes par jour, de préférence le matin à jeun.