

facilement assimilables et très nourrissants sous un petit volume. On doit chercher à obtenir le maximum d'effet nutritif en limitant au minimum la fatigue des voies digestives. Le phtisique doit non seulement s'alimenter, mais se suralimenter, car il doit manger plus qu'un homme sain pour réparer l'usure de l'organisme déterminée par la formation des crachats, par la production des sueurs, par l'élimination urinaire des phosphates, etc. Il importe seulement, pour assurer une parfaite tolérance, que le régime d'engraissement soit progressif : on est étonné de voir combien on peut, avec de la persévérance, arriver à faire ingérer des quantités considérables de nourriture à des malades qui présentaient une anorexie absolue au moment où ils s'étaient confiés aux soins des médecins. M. Darenberg, comme exemple à l'appui, rapporte l'observation d'une dame qui ne prenait chaque jour, au moment où il commença à la traiter, que deux verres d'eau rougie et deux ou trois bouchées de pain ou de viande; cette malade arriva peu à peu à avaler quatre cuillerées à soupe de caviar, et trois grands verres de stout; son appétit revint progressivement, de telle sorte qu'au bout d'un an elle absorbait chaque jour un demi-litre de lait, trois œufs, 100 grammes de viande crue, quatre cuillerées d'huile de foie de morue, un demi-litre de bière anglaise, sans préjudice de deux bons repas auxquels elle mangeait comme une personne bien portante. Il ne faut donc jamais désespérer d'arriver à suralimenter les malades; mais il faut apporter une grande patience et s'ingénier à trouver un ou deux aliments que le malade pourra absorber facilement et en grande quantité; ce sera tantôt la viande, tantôt les œufs, tantôt des soupes épaisses ou même l'huile de foie de morue.

Nous ne parlerons pas ici de la suralimentation par le *gavage*, qui donne d'excellents résultats, mais qu'il faut réserver pour les cas de vomissements rebelles ou d'anorexie invincible.

La méthode de la suralimentation, dont nous venons de tracer les règles, est excellente en principe, mais n'est pas applicable dans tous les cas. Elle réussit surtout chez les sujets jeunes qui ont des organes sains, des reins perméables. On est obligé de l'interrompre chez les tuberculeux dont les urines deviennent troubles, rares, qui ont de la diarrhée, des selles fétides, chez qui les aliments introduits en excès ne sont pas assimilés et irritent l'intestin, ou bien chez ceux qui ont de la dyspnée, de la cyanose, de la somnolence, c'est-à-dire dont les reins éliminent insuffisamment les substances toxiques. Dans ces cas, on réduira considérablement les aliments azotés; le régime se composera surtout de lait, d'œufs, de beurre, de fromage, de potages épais, de pâtes alimentaires, de poulet. En somme, il faut se garder des abus de la suralimentation, excellente méthode en principe, et se rappeler, suivant l'expression du professeur Landouzy, que parfois la suralimentation carnée n'aboutit qu'à une surintoxication.

D'ailleurs, et ceci n'est pas moins important à noter, certains malades guérissent sans engraisser, alors que d'autres engraissent, bien que les lésions pulmonaires s'aggravent. On ne peut donc admettre comme dogme que tout tuberculeux dont le poids augmente est un tuberculeux qui s'améliore. D'ailleurs, il suffit souvent d'un incident passager : indigestion, diarrhée, pour faire tomber rapidement le poids des malades soumis à la suralimentation.

En ce qui concerne le *nombre des repas*, nous pensons qu'il y a quelque inconvénient à les multiplier à l'excès, ainsi qu'on le fait dans certains sanatoria.

Dans l'immense majorité des cas, les malades apyrétiques s'en tiendront à trois repas, suivant la coutume française, avec deux collations intercalaires.

Le premier déjeuner se composera, ainsi qu'il a été dit, d'œufs, de lait et de café ou d'une bouillie; de temps à autre la viande froide remplacera les œufs.

Le repas de midi sera le plus important, pour que le sommeil ne soit pas troublé par la digestion laborieuse d'un diner copieux. Il comprendra des œufs ou du poisson, un ou deux plats de viande, un plat de légumes, un dessert (fromage ou fruits cuits).

C'est à la fin de ce repas que l'on pourra permettre un petit verre de bonne eau-de-vie.

Le diner sera constitué par un plat de viande, un plat de légumes féculents, un entremets.

Entre le premier déjeuner et le second, on donnera une grande cuillerée de pulpe de viande dans du bouillon froid. Deux ou trois autres cuillerées de pulpe seront données au déjeuner et au diner pour parfaire la ration de guérison.

A quatre heures on permettra un goûter composé de lait et de biscuits ou d'une gelée de fruits, parfois de chocolat au lait.

La cure à l'air libre et le repos ne sont pas moins indispensables que la suralimentation.

« Si je n'avais pas l'eau, je guérirais au moyen de l'air », a écrit Priessnitz qui ne se doutait sans doute pas de l'extension que prendrait un jour la cure à l'air libre...

Il est nécessaire que le phtisique vive dans un air toujours pur et renouvelé, pour répondre à cette indication, le malade doit séjourner à l'air libre, pendant le jour, laisser ses fenêtres ouvertes pendant la nuit : tels sont les principes fondamentaux de la *cure à l'air* qui peut se faire librement ou dans un sanatorium.

De tout temps, on a reconnu les funestes effets de l'air confiné, et son influence sur le développement de la phtisie; la fréquence de la phtisie dans les ateliers, dans les logements étroits et mal ventilés avait attiré l'attention sur ce point. Cette influence du milieu a été démontrée de différentes façons; Brown-Séguard (Académie des sciences, novembre 1887) a rapporté qu'ayant inoculé la tuberculose à des cobayes, il les avait partagés en deux groupes qu'il avait fait vivre chacun d'une façon différente. Les uns furent exposés en plein air et bien nourris : les autres furent au contraire placés dans des conditions opposées d'existence, relégués au fond d'un laboratoire mal aéré; ces derniers succombèrent alors que les autres résistèrent tous à l'infection bacillaire. L'influence de l'air sur les microbes a, d'autre part, été démontrée, sinon pour le bacille de Koch, du moins pour le microbe du choléra des poules, qui perd sa virulence et sa vitalité quand il est exposé à l'air (Pasteur).

Dans un air confiné, la composition de l'atmosphère subit de profondes modifications; toutefois, ce n'est pas tant à la diminution de l'oxygène et à l'augmentation de l'acide carbonique que l'air confiné doit d'être nuisible. Gavarret introduisait des animaux sous une cloche, et bien qu'il remplaçât l'oxygène dès qu'il était respiré et qu'il absorbât l'acide carbonique au fur et à mesure de sa production, les animaux mouraient; c'est qu'en effet l'air devenu irrespirable contient des produits volatils comme l'ammoniaque, les hydrogènes carbonés et