

malades. En été, la cure libre peut se faire aisément en tous lieux. Dans son jardin, si le malade ne dispose pas d'un kiosque, d'un abri quelconque, ou même d'une simple tente, il peut, tout au moins, se procurer soit un sun-box, une vaste guérite de bains de mer en osier, capitonnée et dépourvue de siège, où l'on pourra introduire sa chaise, ou bien encore le paravent-abri (préconisé par Lalesque), sorte de châssis mobile, en bois. Ses diverses valves (deux latérales, une supérieure) peuvent s'écarter ou se rapprocher indifféremment, prendre un grand nombre de positions, selon les exigences du moment. Il importe, en effet, que le malade ait la tête et le tronc protégés contre le vent et contre le soleil; l'action directe des rayons solaires est nuisible, même en hiver; le malade doit voir la lumière du soleil, mais ne doit pas être vu par lui (Sabourin).

L'exposition directe au soleil peut, en effet, amener une élévation de température, parfois même une hémoptysie. Si même la température s'élève, sous l'abri, au-dessus de 20 degrés, ce qu'indiquera le thermomètre qui doit toujours être fixé aux parois, le malade fera bien de le quitter momentanément. Dans le midi, les malades qui s'exposent, dans l'après-midi, aux rayons du soleil ont très fréquemment des accidents congestifs. La cure libre, en été, peut se faire non seulement dans un jardin, mais en plein air, en forêt, au moyen d'un hamac suspendu à deux arbres; elle peut se faire encore en bateau, mais toujours sous la réserve que le malade sera préservé des rayons solaires.

Pendant la nuit, l'aération doit être également permanente. La chambre qu'a quittée le malade, au matin, doit rester ouverte tout le jour; on ne ferme la fenêtre que pendant le temps nécessaire au malade pour se coucher, puis on rouvre la fenêtre. Il est préférable, pour assurer l'aération, d'ouvrir simplement la fenêtre plutôt que d'avoir recours au système des impostes, des vasistas, des stores, des verres perforés, etc.... Le lit sera situé le plus loin possible de la fenêtre, le pied étant tourné vers elle; il peut être utile, si l'air arrive trop directement sur le lit, de s'en défendre au moyen d'un paravent. Le malade qui s'habitue aisément à l'aération continue de jour a plus de peine à accepter l'aération pendant la nuit. Si le traitement est commencé pendant l'été, l'accoutumance est facile à obtenir, mais s'il est commencé pendant l'hiver, certains malades pusillanimes ont de la répugnance à s'y soumettre. On commencera par laisser une ouverture très petite, qu'on limitera au moyen de crochets.... Au bout de quelques jours, la fenêtre bien fixée sera laissée largement ouverte. En aucun cas on ne doit laisser les rideaux fermés.

Pendant la nuit, le malade doit avoir une chemise de nuit, en flanelle, et, si le froid est très vif, un maillot en tricot de laine avec col et manches fermés, par-dessus cette flanelle. Il est inutile de se couvrir la tête ou de s'envelopper le cou avec un cache-nez. Un édredon recouvrira la partie inférieure du corps et des boules d'eau chaude seront placées aux pieds. La chambre sera chauffée par la cheminée (feu de bois ou le calorifère).

Contrairement aux préjugés si répandus dans le vulgaire, l'habitude de couvrir la fenêtre ouverte ne prédispose ni aux ophtalmies, ni « au refroidissement »; la toux diminue de fréquence, les sueurs diminuent également; le sommeil est paisible, profond, sans rêves ni cauchemars. Le malade se réveille dispos, sans éprouver la céphalalgie qui est si fréquente lorsqu'on a dormi dans

une chambre où l'air n'est pas renouvelé. La fièvre enfin peut tomber progressivement sous l'influence de l'aération continue, alors que tous les antithermiques sont impuissants contre elle; ajoutons qu'il n'est pas non plus de meilleur moyen pour combattre l'anorexie et mettre un terme à des vomissements rebelles. Hormis le cas de pluie persistante, d'humidité pénétrante, la fenêtre doit rester ouverte, quel que soit l'abaissement de la température; il est à remarquer, d'ailleurs, qu'il n'existe aucun parallélisme entre la température de l'air extérieur et celle de la chambre; celle de la chambre est parfois élevée de plus de 10 degrés que la température extérieure.

La cure d'air dans les sanatoria a constitué un progrès considérable dans le traitement de la tuberculose; les avantages de ce mode de traitement ont paru tels, il y a quelques années, que l'on oublia ceux qui sont inhérents au climat. Aujourd'hui on est revenu à une plus saine appréciation des choses, et, tout en reconnaissant la supériorité du traitement dans les établissements fermés, on n'est plus disposé à méconnaître les avantages inhérents au climat.

Il est vrai que la plupart des sanatoria s'élèvent dans les stations de montagne, que les malades y peuvent faire la cure d'air en hiver, en y bénéficiant des qualités du climat d'altitude, qui se manifestent surtout pendant la saison froide, tandis que la cure libre ne peut être pratiquée dans les stations d'altitude, en dehors d'un établissement spécialement aménagé à cet effet.

C'est là un des avantages du sanatorium, mais il en est un plus important, c'est que le traitement hygiénique, cure d'air et de repos, suralimentation, etc., y est placé sous la surveillance constante du médecin, et qu'aucun détail de ce traitement n'y est laissé au hasard. Grâce à cette surveillance, le malade est initié rapidement à tous les détails du traitement; il peut ainsi apprécier l'importance de précautions qu'il négligerait de prendre, s'il était abandonné à lui-même; vivant au milieu de malades déjà initiés, subissant l'entraînement de l'exemple; abandonnant, en entrant, toute velléité d'initiative pour se plier à la discipline commune, le tuberculeux qui vient d'arriver au sanatorium puise dans cette « école mutuelle des tuberculeux » des idées précises sur les moyens de parvenir à la guérison et de la maintenir; sorti du sanatorium, il pourra continuer à se soigner en observant les règles du traitement qu'il a pratiqué et vu pratiquer autour de lui.

C'est dire que le séjour du sanatorium, utile pour tous les malades, mais non indispensable pour tous, est particulièrement indiqué pour les indisciplinés qui ne peuvent se résigner à observer d'eux-mêmes les prescriptions médicales, pour les malades riches et mondains qui ne savent pas résister aux entraînements des plaisirs dans leur milieu habituel, pour les découragés qui ont besoin d'être, à toute heure du jour, sous la tutelle morale du médecin (Legendre), et ces découragés sont légion parmi les tuberculeux. Enfin le sanatorium, bien qu'obligeant à une dépense assez élevée, est cependant accessible, en général, aux bourses moyennes, à ceux qui peuvent faire un sacrifice pécuniaire temporaire, et qui ne pourraient faire face aux dépenses nécessitées par la location d'une maison avec jardin, pour y faire la cure d'air. Il va sans dire que l'on doit adresser dans un sanatorium les malades seuls qui sont susceptibles, sinon d'une guérison complète, tout au moins d'une amélioration. Le déplacement ne pourrait que hâter la fin des malades cachectiques. En somme, les avantages du