

ques-unes avec loggia, constituant autant de galeries de cure particulières.

Citons encore le petit sanatorium de *Trespœy*, près de Pau (D^r Crouzet), comprenant seulement 10 chambres, ouvert d'octobre à mai; le climat est celui de Pau, c'est-à-dire que les pluies y sont assez fréquentes, la neige rare, le degré hydrométrique élevé. C'est un climat sédatif et calmant par excellence, convenant particulièrement aux malades nerveux, sujets à l'insomnie; le sanatorium de *Meung-sur-Loire* (Loiret), à 600 mètres de la Loire, installé au château du Petit-Gouffault, est un sanatorium de plaine, ne présentant aucun avantage climatérique (directeur, le D^r Leriche); celui de la *Motte-Beuvron* (Loir-et-Cher) est également un sanatorium de plaine.

Pour les tuberculeux appartenant aux classes laborieuses, il n'existe encore que trois sanatoria; celui d'*Hauteville*, dans l'Ain, à 1000 mètres d'altitude, celui d'*Angicourt* (Oise), appartenant à l'administration de l'Assistance publique de Paris; le sanatorium de *Bligny* (près de Limours).

La tendance actuelle est de construire de petits sanatoria, pour un nombre restreint de malades (15 à 50) de façon que la surveillance médicale puisse s'y exercer efficacement.

La cure de repos est le complément indispensable de la cure d'air, à laquelle elle est étroitement associée.

Combattue d'abord par Brehmer, elle a été vulgarisée par Dettweiler, qui a montré que, sans elle, les avantages de l'aération continue seraient, pour ainsi dire, annihilés.

Le repos apparaît comme une loi générale de thérapeutique; il diminue l'accumulation des déchets et favorise l'élimination; la fatigue est au contraire une source d'auto-intoxication et de dépense de forces. Or, il ne suffit pas de réparer les forces des tuberculeux par la suralimentation, il faut encore diminuer chez eux les dépenses et supprimer toutes les causes d'auto-intoxication.

Le repos, et c'est là une particularité bien mise en lumière par le traitement des tuberculeux, est régulateur de la fonction thermique. Chez ces malades le moindre effort provoque une ascension de température; et la fièvre vespérale chez eux n'est souvent que la fièvre de surmenage. Les exercices qu'on leur recommandait autrefois pour favoriser la fonction respiratoire, la ventilation pulmonaire, augmentent, il est vrai, les mouvements respiratoires, mais au prix d'une élévation thermique; d'ailleurs, c'est moins une suractivité de la ventilation pulmonaire que l'on obtient par l'exercice, qu'une forme de dyspnée. Ajoutons que l'exercice détermine non seulement l'élévation de la température, mais peut favoriser la production d'accidents congestifs, d'hémoptysies.

En somme, le repos permet la réparation rapide des forces, diminue les déchets organiques, source d'auto-intoxication, régularise les fonctions du cœur et détermine l'abaissement de la température. Quant à la ventilation pulmonaire, elle n'est nullement amoindrie sous l'influence du repos, l'aération permanente incitant continuellement le réflexe respiratoire, par l'apport d'un air pur et vif.

Le repos, au début du traitement, tout au moins, et pendant une période souvent fort longue, doit être absolu. Il comprend aussi bien l'abstention du travail intellectuel que des efforts physiques. Le malade doit donc s'abstenir des études, des affaires qui sont d'ailleurs incompatibles avec le repos physique. Ce repos, étant combiné à la cure d'air, est pris sur la chaise longue, car la situation

horizontale seule est compatible avec l'immobilisation prolongée à l'air. Nous avons déjà indiqué les détails de la cure, soit dans le home-sanatorium, soit dans les établissements fermés; nous n'y reviendrons pas. Les seules distractions compatibles avec le repos sont la lecture, le dessin, la photographie, les jeux peu absorbants; il faut exclure tout ce qui exige une tension cérébrale soutenue.

Le repos, pour si prolongé qu'il doive être, ne peut cependant être maintenu indéfiniment. A quel moment peut-on autoriser la reprise de l'exercice, sous sa forme la plus simple, la marche, la promenade? Le thermomètre seul peut donner la réponse à cette question. Le tuberculeux doit prendre régulièrement sa température trois fois par jour (température buccale, s'il fait la cure d'air en commun); si cette température du matin au soir ne présente pas un écart supérieur à 0°,5; si la température prise vers cinq heures de l'après-midi ne dépasse pas 37°,2-37°,4, il peut être considéré comme non fébrile et autorisé, au bout de quelques jours de *statu quo*, à faire de courtes promenades matin et soir; ces promenades seront dosées comme des médicaments; leur durée sera progressivement augmentée, si l'apyrexie se maintient. La température doit être prise immédiatement après le retour de la promenade: dépasse-t-elle le maximum indiqué, c'est là une indication que la cessation du repos absolu était prématurée.

Si la fièvre, nulle le matin, est très légère le soir (au-dessous de 38 degrés), on peut encore permettre aux malades une courte promenade, pendant la période d'apyrexie.

Il va sans dire que si la fièvre existe dès le matin, l'obligation du repos est absolue.

La fièvre n'est pas la seule contre-indication à la reprise de l'exercice: la tachycardie en est une non moins formelle. Lorsque la fréquence du pouls s'élève après une promenade, il faut de nouveau imposer le repos.

Alors même que la période de repos absolu a pris fin, il est nécessaire pour les femmes de se remettre au lit ou tout au moins sur la chaise longue au moment de l'époque menstruelle ou même pendant quatre ou cinq jours avant son retour présumé. On sait, en effet, qu'à ce moment les femmes sont particulièrement prédisposées aux congestions et aux hémoptysies.

De tous les exercices, le seul qui soit inoffensif ou même utile pour le tuberculeux apyrétique est la marche; encore la durée de celle-ci devra-t-elle être graduée avec soin. Au début, elle sera très courte, de quelques minutes seulement; progressivement elle atteindra une heure à une heure et demie au maximum. Une promenade de plus longue durée aboutirait à la fatigue, qu'il faut toujours éviter.

Tous les sports: escrime, canotage, pratique de la bicyclette, équitation, sont nuisibles, tant par la fatigue qu'ils déterminent que par les accidents qui peuvent en résulter, tels que ruptures musculaires ou vasculaires, ruptures d'adhérences pleurales, etc., ou par les refroidissements qu'ils peuvent occasionner et qui donnent un coup de fouet à l'infection bacillaire assoupie. Dans les sanatoria d'altitude, on autorise le patinage aux malades, déjà suffisamment valides et habituellement apyrétiques; ce sport, en somme peu fatigant, ne sera cependant pratiqué qu'avec précaution.

Le séjour dans le sanatorium facilite notablement la cure du repos, et ce n'est