

*Pau* a un climat sédatif « bromuré », qui tient à son humidité, mais cette ville n'a pas, comme les villes du littoral méditerranéen, les bénéfices d'un ensoleillement continu.

A *Amélie-les-Bains* (250 mètres d'altitude, à 52 kilomètres de la mer) la température est plus chaude et moins humide qu'à *Pau*. Le climat d'*Amélie-les-Bains* convient aux sujets excitables qui ne supportent pas la mer ni l'altitude, c'est-à-dire aux arthritiques congestifs, aux nerveux à tachycardie facile. Les sources sulfureuses de cette station peuvent être utilisées avec profit contre les bronchites torpides des tuberculeux.

Le climat de *Cambo* est d'une douceur exceptionnelle. *Cambo* est une sorte de parc où la température moyenne de l'hiver est de 7°.9. Le sol y est très perméable, l'insolation très marquée en hiver. Le climat de *Cambo* convient particulièrement aux tuberculeux nerveux.

En Suisse, *Sierre* (541 mètres), dans le Valais, est un séjour d'hiver renommé par la sécheresse de l'air, la fréquence des jours clairs, l'insolation vive malgré la faible altitude.

Comme séjours d'hiver renommés, situés hors d'Europe, bornons-nous à citer *Le Caire*, *Biskra*, *Hammam R'irha*, à trois heures de chemin de fer et 45 minutes de voiture d'Alger. Cette station, qui mériterait d'être plus connue, est à 700 mètres d'altitude, adossée à une forêt de pins, abritée contre les vents par deux montagnes, et présente un climat très doux pendant la saison hivernale (température minima en hiver + 15°); de plus les écarts thermiques, dans la même journée, sont très minimes. En somme, climat à la fois tonique et sédatif.

Au printemps et en automne, les tuberculeux recherchent les stations riveraines du lac d'Annecy, du lac de Genève : *Clarens*, *Montreux*, *Territet*; celles du Valais : *Aigle*, *Bex*, etc.; du lac de Lucerne, *Gersau*, *Vitznau*, *Beckenried*; celles du lac Majeur : *Pallanza*, *Baveno*, *Strezza*; du lac de Côme : *Bellagio*; *Méran*, dans le Tyrol, etc. A vrai dire, il n'existe pas de stations de printemps, car le printemps est une saison variable et dangereuse partout pour les tuberculeux, tout autant que l'automne maudit par Millevoye! Là où ils sont à cette époque, les tuberculeux doivent rester en redoublant de précautions.

En été, les tuberculeux se trouvent bien dans toutes les campagnes suffisamment abritées du vent et pas trop humides. Aux environs de Paris, on recommandera particulièrement les hauteurs de *Garches à l'Étang-la-Ville*, les hauteurs de *Nogent*, au-dessus de la Marne, etc.

Nous avons déjà indiqué sommairement les principaux effets de la cure d'air et de repos; il n'est pas inutile de les rappeler, en terminant l'étude de ce mode de traitement. L'un des effets, sinon les plus rapides, du moins les plus saisissants, est incontestablement l'abaissement graduel, puis la chute de la température, chez les malades qui ne sont pas en proie à la fièvre hectique ou à ces formes rapides, à fièvre continue, que rien ne peut enrayer. La fièvre de surmenage tombe donc progressivement; disparaissent également les troubles fonctionnels qui dépendaient de cette fièvre, c'est-à-dire les sueurs nocturnes, l'anorexie. Les malades qui refusaient tout aliment, arrivent, au bout d'un temps relativement court, à absorber une quantité telle de nourriture qu'ils se suralimentent à leur insu. Les vomissements prennent fin, tant en raison de l'amélioration des fonctions digestives que de la rareté de la toux. Celle-ci, en

effet, devient de moins en moins fréquente, sous l'influence du repos et de l'aération, et aussi parce qu'on apprend aux malades à la discipliner.

Les lésions locales se réparent, des cavernes même peuvent se cicatrifier; il en résulte que l'expectoration, l'essoufflement deviennent de plus en plus rares. Les bacilles peuvent disparaître complètement des crachats.

D'autre part, les phénomènes qui traduisent l'infection, notamment la tachycardie, disparaissent; l'amaigrissement est enrayeré et peut, au contraire, être remplacé par un engraissement très appréciable.

Les forces augmentent; le teint perd son aspect spécial, en un mot les malades se sentent renaître à la vie. Ajoutons que l'effet moral exercé par le traitement n'est pas sans avoir une influence considérable sur la guérison: l'exposition au grand air, à la lumière, dissipe les idées noires; l'espoir de la guérison, inculqué par l'amélioration des premiers jours, ne fait que se confirmer par la suite. Constatant par leur propre amélioration et celle des malades de leur entourage, que la guérison est possible, les tuberculeux veulent guérir et se conforment avec persévérance aux règles, parfois pénibles à observer, du traitement hygiénique.

De ce que les lésions locales se cicatrisent parfois très rapidement, on ne peut cependant en conclure que la guérison est possible en quelques mois. En tout cas, il ne s'agit que de guérisons apparentes, qui exigent, pour se confirmer, la prolongation du traitement, pendant une année encore après la cicatrisation des lésions.

Même après reprise de la vie active, le malade sera tenu à observer pour ainsi dire indéfiniment les précautions dont il a été question déjà et celles que nous devons indiquer maintenant pour clore ce qui a trait au traitement hygiénique.

Au repos, à la cure d'air, il faut joindre la *stimulation cutanée*; les frictions faites le soir avec de l'alcoolat de lavande, de l'eau de Cologne, de l'essence de térébenthine, sont fort utiles aux malades: elles préviennent ou diminuent les sueurs nocturnes et de plus ont une heureuse influence sur la nutrition générale; il est donc des plus important de prendre un soin tout particulier de la peau, « cette grande surface nerveuse dont les incitations retentissent avec tant d'énergie sur la nutrition générale » (Boucard).

Il faut recommander également les lotions fraîches faites avec de l'eau vinaigrée ou salée, dont on imbibe des éponges que l'on exprime sur le cou et la nuque des malades.

Ces lotions seront faites le matin et suivies d'une friction sèche; après quoi, le malade sera roulé dans une couverture de laine et replacé dans son lit.

Dans quelques établissements, pour le traitement des phthisiques, on donne des douches froides à la plupart des malades. Il est certain que beaucoup supportent bien la douche; mais on ne saurait en généraliser l'emploi, et la plupart des médecins la réservent pour les phthisiques guéris, plutôt que pour ceux dont la maladie est en voie d'évolution. Certaines contre-indications sont évidentes: l'existence de fièvre ou de lésions pulmonaires très étendues, celle d'antécédents rhumatismaux ou goutteux. Il est une pratique d'hydrothérapie locale qui peut rendre de grands services quand il s'agit de calmer les points de côté si rebelles chez les malades; elle consiste à appliquer simplement sur le thorax une serviette imbibée d'eau fraîche, puis exprimée; on la recouvre d'une épaisse