

en quantité modérée (2 par jour, au plus), les potages maigres, les féculents, les salades cuites, les fruits bien mûrs, cuits le plus souvent, les fromages à la crème. Pas d'autres assaisonnements que le sel, le beurre frais, en petite quantité. La suppression de la viande au repas du soir se justifie par ce fait que l'intoxication de l'organisme est à son maximum pendant la nuit, ce qu'explique l'apparition nocturne de la dyspnée toxique.

Il ne suffit pas de régler la nature des aliments, il faut encore régler la quantité et la qualité des boissons; l'absorption d'une grande quantité de boissons peut conduire à l'hypertension artérielle, il faut donc modérer la quantité des boissons prises à chaque repas, mais il faut se garder de prescrire le régime sec dans toute sa rigueur, car l'expérience a montré qu'il peut être nuisible, surtout chez les artério-scléreux obèses (Edgren).

Certaines boissons sont manifestement nuisibles aux artério-scléreux: les vins et les boissons spiritueuses doivent être proscrites, ainsi que les boissons caféiques (thé, café, maté). Les meilleures boissons de table sont l'eau et le lait; si les malades répugnent à l'idée de boire du lait aux repas, ils peuvent faire usage d'une petite quantité de vin blanc, coupé d'eau ou d'une eau minérale indifférente comme l'eau d'Évian, l'eau d'Alet, etc. On ne saurait trop leur recommander l'usage des infusions aromatiques chaudes qui, prises à la fin du repas, stimulent les contractions de l'estomac, et celles des eaux légèrement diurétiques (voir plus loin) prises, le matin à jeun, ou le soir au moment du coucher, à la dose d'un verre. Ces boissons constituent un bon moyen d'éliminer les déchets de l'organisme et de réduire la quantité d'acide urique, celui-ci étant doué lui-même d'une action vaso-constrictive. Avec le verre d'eau du matin, on peut faire prendre un cachet de 0 gr. 50 de *lycétol* (tartrate de diméthyl-pipérazine) qui solubilise l'acide urique.

L'usage du tabac doit être interdit d'une façon absolue.

Les malades consultent souvent le médecin sur le choix d'un *climat*; on devra leur défendre le séjour à des altitudes dépassant 500 ou 600 mètres et le séjour au bord de la mer. Au-dessus de 500 à 600 mètres, on peut voir survenir des troubles cardiaques et notamment l'angine de poitrine. D'une façon générale, les climats à l'abri du vent et des variations brusques de température sont seuls recommandables.

Les eaux minérales, prises à la source, ne doivent être employées qu'avec la plus grande réserve chez les artério-scléreux; certaines, comme les eaux sulfureuses, sont absolument contre-indiquées, car elles déterminent une excitation du cœur et de l'appareil cardio-vasculaire. La même observation s'applique aux eaux bicarbonatées et aux eaux arsenicales.

Les seules eaux que l'on peut permettre ou même recommander aux malades sont les eaux faiblement minéralisées de *Vittel*, *Contrexéville*, *Martigny*, *Évian*, *Aulus*, *Capvern* qui agissent comme diurétiques; encore les malades devront-ils se garder d'ingérer une quantité trop considérable de ces eaux, ce qui pourrait accroître les symptômes d'hypertension artérielle (palpitations, battements artériels, etc.).

Parmi les eaux que l'on peut encore utiliser, M. Huchard cite celle, encore peu connue, de *Bondonneau* (dans la Drôme) qui est l'une des plus iodurées de France, celle de *Saxon* (Valais) qui est bicarbonatée, iodurée et bromurée

sodique, et celle de *Bourbon-Lancy* (Saône-et-Loire) qui est chlorurée sodique (eau thermale à 55°).

Il ne suffit pas de prescrire une alimentation convenable, il faut encore s'efforcer de neutraliser les poisons contenus dans le tube digestif; aussi recommande-t-on les *antiseptiques intestinaux*; on pourra donner soit le naphthol associé au salicylate de bismuth, soit le benzo-naphthol:

Benzo-naphthol . . . . .	0 gr. 75
Charbon . . . . .	0 gr. 50

Pour 1 cachet; 4 à 6 par jour.

Mais on n'oubliera pas que la meilleure antiseptie de l'intestin consiste dans l'évacuation de son contenu. Les malades devront donc éviter avec soin la constipation; ils la combattront avec les *lavements glycélinés* et les *laxatifs*: l'usage fréquent des *purgatifs salins* à petites doses (une cuillerée de citrate de magnésie granulé, pris le matin dans un peu d'eau fraîche, ou bien une cuillerée à café de sel naturel de Carlsbad) est une excellente mesure.

Nous avons indiqué l'utilité de la médication diurétique, destinée à éliminer les poisons. A l'emploi du lait, le diurétique par excellence, des eaux citées plus haut, on pourra joindre l'usage temporaire de la *théobromine* à doses modérées: 0 gr. 50 à 1 gramme par jour, en deux fois.

M. Huchard associe la théobromine à la lithine et au benzoate de soude; on peut prescrire:

Théobromine . . . . .	0 gr. 50
Carbonate de lithine . . . . .	} ña 0 gr. 10
Benzoate de soude . . . . .	

1 cachet matin et soir avec un verre d'eau minérale.

Les malades pourront encore faire une *cure de raisin*, ce qui leur permettra de bénéficier en même temps des avantages du repos, de la vie au grand air.

Le *traitement général* de l'artério-sclérose comporte l'emploi des médicaments qui abaissent la tension artérielle (vaso-dilatateurs); M. Huchard prescrit au début, alors que l'hypertension artérielle prédomine et que la sclérose est peu développée, la nitro-glycérine ou trinitrine, et le tétranitrate d'érythrol ou tétranitrol; plus tard, à la période d'artério-sclérose constituée, l'iodure doit leur être associé ou substitué.

La *trinitrine* s'administre par la voie gastrique ou la voie sous-cutanée; les injections seront réservées pour les cas où il est urgent d'obtenir un effet rapide.

M. Huchard prescrit matin et soir, pendant dix à quinze jours chaque mois, II à IV gouttes de la solution alcoolique de trinitrine au centième (dose qui peut être portée progressivement, suivant les différentes susceptibilités des malades, à XII et même XX gouttes par jour, en 3, 4, 5 ou 6 fois). On peut formuler ainsi:

Eau distillée . . . . .	500 grammes.
Solution alcoolique de trinitrine au 100° . . . . .	XXX gouttes.

Prendre 2 à 6 cuillerées à bouche par jour. On peut encore prescrire des comprimés, dont chacun contient une, deux, trois, quatre gouttes de la solution au 100°.