

cœur. Effectivement, on observe rapidement la disparition des troubles cardiaques sous la seule influence de la réduction des boissons. Il est vrai que le taux de l'albumine augmente, mais la quantité totale d'albumine émise en vingt-quatre heures reste à peu près stationnaire. D'ailleurs, Von Noorden recommande des cures de lavages intermittentes, c'est-à-dire que, tout en réduisant habituellement les boissons à un litre et demi par jour, en moyenne, il fait absorber une fois par semaine deux litres et demi à trois litres d'eau pour assurer la dépuración de l'organisme.

En résumé, chez les brightiques atteints d'œdèmes la réduction des liquides est indiquée comme chez les cardiaques. D'autre part, les boissons abondantes n'ont pas dans les cas compensés une utilité manifeste; d'après Kovsi et Roth l'élimination des déchets urinaires n'est pas augmentée.

Jusqu'ici, à l'exemple des auteurs classiques, nous n'avons tenu compte, en énumérant les aliments permis et interdits, que de la teneur des aliments en principes azotés et de leur toxicité; mais les notions nouvelles sur l'existence de la chlorurémie chez les brightiques nous obligent à tenir un compte au moins égal, pour le choix des aliments, de leur teneur en chlorures.

Il nous faut donc maintenant indiquer les proportions relatives de sel contenu naturellement dans les principaux aliments, rappeler quelle est la quantité de sel moyenne du régime alimentaire normal, montrer comment on peut établir le régime des brightiques sur des bases différentes de celles adoptées jusqu'ici.

Les aliments qui entrent dans le régime normal contiennent très peu de sel; le sel alimentaire est introduit presque exclusivement à l'état de nature, c'est-à-dire ajouté aux aliments comme condiment. Sur les 14 grammes de sel éliminés en moyenne dans les 24 heures, soit par l'urine, soit par la sueur, chez un homme adulte, 2 gr. 50 environ proviennent du sel ajouté au pain et 10 grammes environ du sel ajouté aux autres aliments. Ce sel ajouté constitue en quelque sorte une ration de luxe. Sans nuire à l'équilibre nutritif on peut diminuer notablement le sel dont on assaisonne les aliments et instituer ainsi un régime hypochloruré convenant aux périodes de calme du mal de Bright, celles où la chlorurémie n'existe pas ou est insignifiante. On peut, d'autre part, instituer très facilement un régime mixte déchloruré, en s'abstenant de toute addition de sel aux aliments, lorsque la chlorurémie existe et se traduit par les signes que nous indiquerons plus loin.

Voici l'indication de la teneur en sel des principaux aliments :

Viande. — La viande renferme peu de chlorures (1 gramme en moyenne par kilogramme et plutôt du chlorure de potassium que du chlorure de sodium).

Oeufs. — Les œufs ne renferment qu'une faible quantité de chlorures; un œuf de poule du poids de 55 grammes ne contient que 0 gr. 25 environ de chlorures.

Farineux. — Les farineux, le riz notamment, sont très pauvres en chlorure de sodium.

Légumes herbacés. — Parmi les légumes, on peut prescrire les petits pois, les carottes, les haricots verts, les poireaux, etc.... En moyenne 0 gr. 60 par 1000 grammes.

Pain. — Le pain est un aliment riche en sel; il en contient en moyenne 5 à 6 grammes par kilogramme. Mais on peut préparer du pain sans sel, avec de la farine de gruau. Il sera bon d'ajouter du lait à la pâte.

Fruits. — Les fruits sont, comme les légumes, très pauvres en chlorure de sodium et peuvent entrer par conséquent dans l'alimentation des brightiques.

Lait. — Le lait de vache est pauvre en chlorures (1 gr. 50 à 1 gr. 80 par litre), mais en prescrivant 5 litres de lait, dose moyenne à ingérer dans les cas où le régime lacté est exclusif, on fait absorber une quantité notable de sel.

Bouillon. — Contient une notable quantité de sel.

Vin. — En moyenne 0 gr. 06-0 gr. 10 par litre, mais cette dose peut être largement dépassée.

Bière. — 0 gr. 15 de chlorure par litre.

Le tableau suivant donne la teneur en chlorure de sodium de ces divers aliments dans la proportion moyenne où ils figurent dans l'alimentation :

Aliments.	Quantités.	Teneur en chlorure de sodium.
Pain (non salé)	500 grammes.	0 gr. 10
Lait	1 litre.	1 gr. 60
Viande	500 grammes.	0 gr. 55
Oeuf	1	0 gr. 10
Légumes frais, fruits	500 grammes.	0 gr. 50
Pommes de terre	500 —	0 gr. 20
Café	une tasse.	0 gr. 01

(En ce qui concerne le lait, les auteurs donnent des chiffres très différents qui varient de 1 gr. 50 à près de 5 grammes?).

Ces chiffres nous montrent qu'il est possible de constituer un régime mixte, contenant une très petite quantité de sel, soit par exemple 1 gramme à 1 gr. 50. Or, avec 5 litres de lait qui constituent la dose moyenne et quotidienne du lait, dans le régime lacté exclusif, on introduit dans l'organisme une dose beaucoup plus élevée de chlorure de sodium, soit près de 5 grammes. On voit donc que l'on peut, non seulement sans danger, mais même avantageusement, substituer, au régime lacté absolu qui est un régime hypochloruré, un régime moins chloruré encore.

RÉGIMES MIXTES DÉCHLORURÉS SANS LAIT

a) Pommes de terre	1000 grammes.
Viande crue	400 —
Sucre	200 —
Beurre	80 —
Tisane	2500 —
b) Pain déchloruré	500 grammes.
Viande crue	480 —
Sucre	100 —
Beurre	80 —
Tisane	2500 —

Chacun de ces régimes correspond à une quantité de chlorure de sodium voisine de 1 gr. 50.