

c) Viande bouillie et légèrement vinaigrée.	500 grammes.
Pommes de terre à l'eau, huile et vinaigre.	500 —
Riz	50 —
Tisane	2000 —
Sucre	120 —

Ce régime contient environ 5 grammes de chlorure de sodium (Achard et Paiseau).

RÉGIMES MIXTES DÉCHLORURÉS AVEC LAIT

d) Pommes de terre.	1000 grammes.
Viande crue.	400 —
Sucre	100 —
Beurre	80 —
Lait	500 —
Tisane	2500 —

contient environ 2 gr. 55 de chlorure de sodium (Widal et Javal).

e) Lait	1000 grammes.
Pommes de terre.	500 —
Viande	500 —
Farine	200 —
Sucre.	50 —
Beurre	40 —

contient 2 gr. 19 de chlorure de sodium (Laufer).

RÉGIME VÉGÉTARIEN DÉCHLORURÉ

Pain déchloruré.	200 grammes.
Pommes de terre	500 —
Riz	100 —
Sucre	100 —
Beurre.	25 grammes. (25 gr. d'albumine; 1800 calories).

La ration moyenne applicable à la plupart des malades est la suivante (Gadaud) :

Pain déchloruré	200 grammes.
Viande.	200 —
Légumes.	250 —
Beurre.	50 —
Sucre.	40 grammes. (60 gr. d'albumine; 1500 calories).

Mais il importe de se rappeler qu'un régime mixte avec viande, bien que pauvre en chlorures, n'a pas l'action déchlorurante et diurétique que présente le régime amylicé exclusif.

Le régime hypochloruré diminue la rétention de sel, le régime hypoazoté diminue la rétention d'urée (Achard et Paiseau, *Société médicale des Hôpitaux*, 22 juillet 1904).

Dans la pratique on formulera des menus composés d'œufs, de viandes grillées (100 à 200 grammes par jour, Widal), additionnés de beurre ou d'un filet de vinaigre ou encore de jus de citron; 100 à 250 grammes de pain (non

salé) ou pommes de terre (cuites au four ou sautées au beurre), de bouillies au lait, de différents légumes, tels que les petits pois (préparés au beurre et additionnés de sucre), les carottes, les haricots verts, etc., également préparés au beurre; de riz, de pâtisseries, de fruits cuits en compotes, confitures, de fromages à la crème, de café, de lait...

On peut préparer des gelées avec des os, du jarret de veau, des abatis de poulet et des légumes, qui serviront à donner du goût aux légumes, tels que chicorée, laitue, haricots verts, sur lesquels on la fait fondre (Widal).

Les malades s'accoutument fort bien de ce régime, malgré la fadeur des aliments et le préfèrent de beaucoup au régime lacté intégral.

En somme, la notion nouvelle de la chlorurémie nous conduit à autoriser chez les brightiques un régime mixte sensiblement analogue à celui qu'on leur a toujours prescrit à certaines périodes de la maladie, mais qui en diffère, par la suppression totale, lors des poussées aiguës; relative, dans la période torpide, du sel ajouté comme condiment aux aliments, c'est-à-dire de la ration de sel de luxe, puisqu'il est prouvé que l'homme peut vivre et bien se porter pendant plusieurs mois avec un régime d'hypochloruration à 2 grammes par jour. Nous savons de plus, ainsi qu'il a été dit plus haut, que le lait est relativement riche en chlorures et que l'on peut, par conséquent, le remplacer par le régime mixte déchloruré, chez les brightiques, en puissance d'œdème, non seulement sans danger pour les malades, mais encore avec avantage.

Nous indiquerons plus loin comment on peut dépister la chlorurémie et par conséquent quelles sont les indications des régimes déchlorurés.

II. — Hygiène générale.

Les brightiques doivent se soumettre à certaines règles hygiéniques: un *exercice* exagéré leur est nuisible, car il augmente l'albuminurie, mais on ne doit pas leur imposer non plus un repos absolu, tant que les œdèmes ne s'opposent pas à la marche; les malades pourront donc se livrer, sans aller jusqu'à la fatigue, à un exercice modéré qui a pour avantage de favoriser le fonctionnement de la peau et la nutrition générale.

Le *repos au lit* est nécessaire quand survient une poussée aiguë ou quand l'œdème devient envahissant.

Les malades doivent *éviter toutes les causes de refroidissement*; aussi doivent-ils se prémunir contre l'impression du froid en portant sur la peau gilet et caleçon de flanelle. Pendant la saison froide ils se trouveront bien du séjour dans le midi de la France.

Le climat d'altitude est contre-indiqué en général chez les brightiques, car il augmente la tension artérielle déjà exagérée chez la plupart d'entre eux.

Les fonctions de la peau doivent être activées à l'aide des *frictions sèches*, du *massage*, des *bains tièdes*. Quant aux *bains chauds* à 40 degrés, ils ont été recommandés par Bartels qui en fait la base du traitement. Pour combattre l'œdème, Leube fait prendre aux malades des bains de jambes à 58 degrés, dont la température est élevée progressivement à 42 degrés; au bout de trois quarts d'heure les jambes sont essuyées, puis enveloppées de bandes de flanelle et recouvertes ensuite de toile cirée.