

le corps : Sur un lit de sangle vous étendez une couverture de laine, puis sur cette couverture un drap mouillé, que vous avez eu soin de tordre pour en faire sortir l'eau. Vous placez le malade sur le lit et vous l'enveloppez hermétiquement d'abord avec le drap, puis avec la couverture. Mais ici ce n'est pas le froid que vous voulez provoquer, mais, au contraire, une sueur abondante; aussi laisse-t-on le malade ainsi enveloppé deux à trois heures, en augmentant la sudation par l'addition d'un édredon. D'autres fois, on ne se sert pas du drap mouillé et on se contente alors d'entourer le malade de couvertures et d'édredon; c'est ce qu'on a décrit sous le nom de maillot sec.

De la température de l'eau.

Comme vous le voyez, messieurs, l'hydrothérapie n'est pas synonyme d'eau froide, elle comprend, au contraire, les applications de l'eau à toute température, et c'est ce qui m'amène à aborder alors la seconde division de mon sujet, c'est-à-dire les procédés hydrothérapiques selon la température. Mais pour que nous nous mettions bien d'accord sur le sens que l'on attribue aux modifications de cette température de l'eau, je vous donne, d'après Delmas, les mesures thermométriques qui correspondent à ces différents états :

| | |
|---------------------------|----------------------|
| Froid excessif | de 0° à 6° |
| Très froid..... | de 7° à 10° |
| Froid..... | de 11° à 15° |
| Fraîche..... | de 16° à 20° |
| Dégourdie..... | de 21° à 25° |
| Atténuée..... | de 26° à 30° |
| Chaude..... | de 31° à 35° |
| Très chaude..... | de 36° à 40° |
| Excessivement chaude..... | de 41° à 60° et 70°. |

Des douches à température constante.

Cette température de l'eau peut être constante pendant toute la durée de la douche, ou bien, au contraire, elle peut varier pendant cette même durée. Dans le premier cas, nous avons les douches froides, tièdes et chaudes; dans le second, les douches à température décroissante, écossaise et alternative. Quelques mots rapides sur chacune de ces douches. Peu de chose à vous dire des douches froides, tièdes et chaudes. Si la douche froide est encore de beaucoup la plus employée, vous verrez, par la suite de ces leçons, que les douches tièdes et les douches chaudes peuvent nous rendre de grands services.

La douche à température décroissante est très employée.

Elle s'adresse surtout aux personnes nerveuses qui éprouvent, sous l'influence de l'eau froide, un tel saisissement, que la douche froide devient pour elles un véritable supplice. Vous commencez donc la douche par de l'eau tiède dont vous abaissez rapidement la température par un jeu de robinets, de telle sorte qu'à la fin de la douche, l'eau est froide. C'est là une pratique excellente, et vous devez toujours la mettre en usage lorsque vous ordonnez pour la première fois l'hydrothérapie chez les personnes très impressionnables.

Des douches à température variable.

Des douches décroissantes.

La douche écossaise, qui est très souvent mise en usage, consiste à administrer, au début de la douche, de l'eau à 30 degrés, dont on élève progressivement la température à 40 et même à 50 degrés. Pendant une ou deux minutes, cette douche est ainsi administrée, puis on termine par une douche de quelques secondes de durée avec de l'eau froide.

De la douche écossaise.

Dans la douche alternative, on fait succéder très rapidement des jets très courts d'eau chaude et d'eau froide, en commençant toujours par l'eau chaude.

De la douche alternative.

Nous arrivons ainsi aux applications de l'eau à l'état de vapeur ou bien de l'air surchauffé, qui ressortent plutôt du domaine de la balnéothérapie que de l'hydrothérapie proprement dite : aussi ne vous en ferai-je qu'une rapide énumération.

Application de la chaleur.

Ce sont d'abord les étuves qu'on distingue en étuves sèches ou humides, selon que c'est de l'air surchauffé qui amène la sudation, ou bien de la vapeur d'eau, et que l'on distingue aussi en étuves générales ou étuves partielles, selon que l'individu est tout entier dans l'étuve, ou selon que son tronc et ses membres s'y trouvent, la tête étant en dehors de l'appareil. On donne le nom d'encaissement à ce dernier genre d'étuves partielles.

Des étuves.

De l'encaissement.

C'est là un procédé très souvent mis en usage pour provoquer la sudation. On peut même ne pas se servir de la caisse habituelle dans laquelle on place le malade, et, dans bien des cas, on utilise ce qu'on appelle l'étuve à la lampe. Voici comment est disposé ce genre d'étuve : sur une chaise en bois, dont le siège est percé de quinze à vingt trous, et qui est munie entre les pieds de devant d'une planchette verticale percée de trous et d'un escabeau horizontal, on assoit le malade, que l'on entoure de couvertures, puis, au-dessous de la chaise, on place sur le sol une lampe à alcool à plusieurs becs. C'est là un procédé facile,

De l'étuve à la lampe.

nécessitant un appareil simple, que vous pourrez mettre en usage en bien des circonstances.

Pendant la durée de ces bains d'étuves, soit sèches, soit humides, intervient l'eau froide ou l'eau chaude, constituant ainsi les bains russes ou bien les bains turcs.

Du bain russe. Dans le bain russe, c'est une étuve humide constituée par une vaste salle où se trouvent des gradins qui permettent de séjourner à une hauteur variable. Plus on s'élève sur ses gradins, plus la température y est haute; elle varie de 36 degrés à 75 degrés et même davantage. Puis, lorsque le corps est couvert de sueur, on se plonge dans une piscine d'eau froide, ou bien on reçoit une douche froide.

Du bain turc. Le bain turc ou Hammam est différent : au lieu d'être une étuve humide, c'est une étuve sèche qui est mise en usage, et dans laquelle la température s'élève entre 40 et 80 degrés. Puis on fait une application d'eau chaude et un massage prolongé. Ces sortes de bains ont pris, depuis quelques années, une certaine extension, et vous pouvez voir à Paris un établissement de ce genre qui répond à toutes les exigences balnéothérapeutiques et hydrothérapeutiques.

Des douches de vapeur. Enfin, je dois vous rappeler qu'il existe des douches de vapeur qui s'administrent à l'aide d'un tube flexible communiquant avec un réservoir où l'eau est à l'état d'ébullition.

De la méthode de Schapman. J'aurai terminé cette longue et fastidieuse énumération de tous les procédés hydrothérapeutiques, quand je vous aurai signalé la méthode de Schapman. Si vous vous rappelez ce que je vous ai dit dans la précédente leçon, vous vous souvenez sans doute que la glace a été autrefois très vantée comme agent hydrothérapeutique. C'est cette méthode que le docteur Schapman a régularisée en employant des sacs en caoutchouc à un ou plusieurs compartiments remplis de glace que l'on applique le long de la colonne vertébrale, et dans des régions variables de la moelle. Selon l'organe que l'on veut atteindre, Schapman s'est efforcé de fixer avec une grande attention ces régions en se basant sur les travaux de Claude Bernard et de Brown-Sequard, et en utilisant la connaissance de tous les centres nerveux médullaires. Tels sont, dans leur ensemble, les moyens que l'hydrothérapie peut mettre en usage.

Ces différents procédés d'application peuvent être réunis dans un même local constituant alors ces établissements hydrothéra-

piques, que nous voyons s'élever dans nos grandes villes, ou bien au contraire peuvent être appliqués au domicile même du malade, et cela à l'aide de ces appareils mobiles que vous connaissez tous.

Tout en reconnaissant les grands avantages que présentent les établissements hydrothérapeutiques spéciaux, et cela non seulement à cause de la précision et de la multiplicité des appareils mis en usage, mais encore surtout par la compétence des médecins qui dirigent ces établissements, il faut reconnaître que, dans beaucoup de cas, vous pourrez vous contenter des appareils mobiles ou des douches que l'on administre aujourd'hui dans presque tous les établissements de bains, réservant pour les cas plus délicats les établissements spéciaux dont je viens de vous parler.

Comme tout procédé thérapeutique, l'hydrothérapie a eu des partisans exclusifs de certains modes d'application de l'eau froide, et tandis que Priessnitz usait surtout du maillot, du demi-bain et d'un régime fort rigoureux, nous voyons Fleury et son école se servir presque exclusivement de la douche froide repoussant d'une façon absolue les douches tièdes ou chaudes, tandis qu'au contraire, à une période plus récente, sous l'influence de Landry et de Beni-Barde, ces dernières douches sont très employées.

Ces différentes modifications imprimées ainsi à l'hydrothérapie ne résultent pas seulement d'une mode passagère, mais elles proviennent aussi, comme l'a bien montré Beni-Barde, des constitutions médicales variables qui se sont montrées depuis Priessnitz.

Quels étaient les malades qui se rendaient surtout à Groefenberg au temps de la vogue de Priessnitz ? c'étaient des goutteux, des rhumatisants, des gros mangeurs, et l'on comprend facilement les succès prodigieux que Priessnitz obtenait dans ces cas avec les procédés hydrothérapeutiques, la rigueur de son hygiène alimentaire et l'exercice forcé auquel il condamnait ses malades. Puis plus tard vint Fleury, qui se trouva en présence non plus de goutteux, mais d'anémiques chez lesquels la douche froide, habilement dirigée, amenait une rapide amélioration. A notre époque, ce sont les maladies du système nerveux qui ont dominé, et nous voyons les névropathies se multiplier de jour en jour. Ici les procédés de Priessnitz et de Fleury devaient donner

des insuccès, en revanche, l'eau tiède remplit des indications spéciales qui apaisent ces états nerveux ; de là le succès de la méthode préconisée d'abord par Landry, et suivie depuis par Béni-Barde.

Effets
thérapeutiques
de
l'hydro-
thérapie.

De nombreuses discussions se sont élevées pour savoir quelle est l'action thérapeutique de l'hydrothérapie ; est-elle sédative, est-elle tonique, est-elle révulsive ?

Dans cette action de l'eau froide, ce sont les phénomènes réflexes qui sont surtout en jeu ; c'est là le point le plus important. C'est Brown-Séguard et Tholozan qui, les premiers, ont substitué, à la théorie de la révulsion adoptée par Fleury, la théorie de l'impression nerveuse ; puis Tartivel, dans son intéressant article sur les affusions, a discuté le premier cette théorie des impressions nerveuses sur laquelle Béni-Barde basait sa communication en 1866. Adolphe Bloch (1), dans son intéressant travail sur l'eau froide, est encore revenu sur ce point. Pour lui, l'eau froide est surtout un modificateur du système nerveux et c'est cette perturbation qui est l'effet primitif et le plus important de l'hydrothérapie.

Mais dire que l'hydrothérapie produit ses effets par l'intermédiaire des phénomènes réflexes, ce n'est pas indiquer son action thérapeutique, car cette impression sur le système nerveux peut à la fois produire des effets de tonicité, de sédation ou de révulsion, selon le mode d'application de l'hydrothérapie.

Employez-vous la douche froide de très courte durée ? Vous en obtiendrez des effets de tonicité et d'excitation, et cela, par suite de la réaction active qui résulte de l'action de l'eau froide, réaction qui joue un rôle si considérable dans le traitement hydrothérapique et que Bottey (2) vient d'étudier avec grand soin dans une communication à la Société d'hydrologie médicale.

Usez-vous au contraire de la douche tiède ? Vous obtenez ici des effets sédatifs et calmants ; la réaction est à peine appréciable. Vous servez-vous enfin de la douche écossaise (3) ? Vous produisez une réaction circulatoire très vive de la peau et par cela même des effets révulsifs. Vous pouvez donc, comme

(1) Bloch, *l'Eau froide, ses Propriétés et son Emploi, principalement dans l'état nerveux*, Paris, 1880, p. 41.

(2) Bottey, *Sur l'action et la réaction en hydrothérapie*, Soc. d'hydr. méd., t. XXXII, 1887, p. 384.

(3) Bottey, *la Douche écossaise*, Soc. d'hydr. méd., 1886.

vous le voyez, en variant vos formules hydrothérapiques et en les appropriant au cas que vous avez sous les yeux, obtenir des effets toniques, sédatifs ou révulsifs et tout votre art et toute votre science consisteront à approprier ces différents effets à la cure des divers états morbides.

J'en ai fini, messieurs, avec cette longue énumération ; je vous ai montré quels étaient les effets physiologiques de l'eau froide, ses divers modes d'application. Dans la prochaine leçon, nous mettrons en usage toutes ces données, et nous étudierons les indications et contre-indications de l'hydrothérapie dans le traitement des maladies chroniques.