

de grands services. Je m'en suis très bien trouvé dans plusieurs cas d'endocardite aiguë rhumatismale, de myocardite typhoïdique, etc. La glace sera bien tolérée dans ces états morbides, à condition d'en suspendre l'application de temps en temps. Par exemple on prescrira la vessie de glace sur le cœur pendant 2 heures à 3 ou 4 reprises dans la journée. Alors on verra l'angoisse des malades très calmée par cette réfrigération, en même temps que le pouls se relèvera et que la fièvre diminuera. Dans les affections encéphaliques, dans la méningite tuberculeuse notamment, la vessie de glace joue un rôle efficace en calmant la douleur, le délire, l'agitation. Je l'ai prescrite avec avantage même dans les simples douleurs de tête de la fièvre typhoïde et des fièvres éruptives. L'effet sédatif est des plus remarquables. Pour faciliter le contact de la vessie avec tous les points du crâne, on peut lui donner une forme en bonnet ou casque lui permettant de coiffer la tête. Il n'y a pas de contre-indication à l'application de la glace comme sédatif des douleurs, de l'agitation, du délire, dans toutes les affections accompagnées de céphalalgie.

*Lavements froids.* — Il y a intérêt, dans beaucoup de cas, à compléter la réfrigération externe par un lavage interne, et particulièrement par les grands lavements d'eau froide. Ces lavements donnés avec un irrigateur ou un bock, en se servant d'une sonde molle poussée assez haut pour assurer l'irrigation de tout le gros intestin, agiront comme réfrigérants, comme hydratants (absorption par la muqueuse), comme antiseptiques (nettoyage de l'intestin), comme diurétiques (action réflexe sur le rein et la vessie), comme cholagogues (dans l'ictère catarrhal). On s'en sert couramment dans la fièvre typhoïde et les grandes pyrexies. Il faudra employer l'eau bouillie à la température de la chambre.

**Eaux minérales.** — Les eaux thermales sont de plus en plus employées chez les enfants. Elles ne conviennent pas aux enfants du premier âge; mais, à partir de 4 ou 5 ans, elles peuvent rendre de grands services. Trop jeune, l'enfant peut difficilement supporter la fatigue des déplacements, de la vie d'hôtel, de la cure minérale. Dans la seconde enfance, dans l'adolescence, les eaux minérales peuvent être largement utilisées. Mais l'urgence nous fait envoyer aux eaux, comme à la mer, des enfants parfois très jeunes, 15 mois, 18 mois, 2 ans. S'il s'agit par exemple d'un rachitique avancé, il ne faudra pas attendre qu'il ait 4 ans (ce serait trop tard) pour le faire bénéficier d'une cure thermale (Salies-de-Béarn, Briscous, etc.) ou maritime.

Les eaux minérales conviennent surtout aux maladies chroniques, diathésiques, relevant de l'arthritisme, de la scrofule, du lymphatisme ou infectieuses (tuberculose, etc.), aux troubles de la nutrition (anémie, etc.), aux maladies du foie, de l'estomac, de l'intestin, de la peau, etc. On s'abstiendra dans les poussées aiguës (fièvre, congestion, etc.).

On s'abstiendra également dans les maladies organiques du cœur, du cerveau, du foie, etc. En pareil cas, on se contentera de la cure minérale à domicile, beaucoup moins puissante, mais sans danger. Nous allons passer en revue les maladies qui indiquent les eaux minérales.

1° *Lymphatisme, scrofule, tuberculoses locales.* — Quand la mer est

contre-indiquée par le jeune âge, la nervosité, les maladies d'yeux, de la peau, des bronches, le rhumatisme, etc., on conseille les eaux chlorurées sodiques fortes : *Salies-de-Béarn, Briscous-Biarritz, Salins, Salins-Moutiers, Salies-du-Salat, Sierck, Mondorf, Bex-Lavey, Dax.*

Certaines de ces stations, grâce à leur situation géographique, peuvent être fréquentées au printemps et à l'automne (Salies-de-Béarn, Dax, Briscous). Ces eaux sont toniques, reconstituantes, résolutive; elles agissent sur le tempérament scrofuleux et sur ses manifestations, sur les adénopathies, sur les ostéo-arthrites, etc. Ce sont des *eaux chirurgicales* autant que *médicales*.

Quand il n'y a que du lymphatisme et de l'anémie, d'autres stations peuvent être préférées : *la Bourboule, Saint-Nectaire, Royat, etc.*

Les manifestations scrofuleuses sont encore soignées avec succès par les eaux chlorurées sodiques chaudes de *Bourbonne-les-Bains, Bourbon-l'Archambault, Bourbon-Lancy, Balaruc* qui seront préférables pour les enfants atteints de douleurs rhumatoïdes.

Dans les stations chlorurées sodiques fortes, on agit surtout par les bains, mais quelquefois on ajoute l'action locale résolutive des compresses imbibées d'eaux mères sur les engorgements scrofulo-tuberculeux des ganglions, des articulations, du ventre, etc.

Après les eaux chlorurées sodiques fortes, il faut citer, dans le traitement de la scrofule, l'eau arsenicale de *la Bourboule* qui est aussi chlorurée et alcaline. Cette eau agit bien contre les adénopathies strumeuses, l'adénopathie trachéo-bronchique, les anémies et dermatoses lymphatiques. Mais elle est excitante et ne convient pas aux enfants très nerveux ou à ceux qui ont un mauvais estomac.

Les dermatoses des scrofuleux, les coryzas chroniques, l'ozène, les otorrhées seront avantageusement traités à *Uriage*, eau à la fois chlorurée et sulfurée. Les scrofuleux polysarciques iront à *Brides*.

Tout le groupe des eaux sulfureuses, qu'elles soient froides comme *Challes, Enghien, Pierrefonds, la Roche-Posay*, ou chaudes comme *Luchon, Eaux-Bonnes, Cauterets, Barèges, Ax, Saint-Sauveur, Gréoulx, La Preste, Moligt, Saint-Honoré*, réclame aussi les lymphatiques et scrofuleux du premier degré. Les manifestations du second degré (scrofulo-tuberculose, fistules, etc.) peuvent aller à *Barèges* ou à *Saxon* (eau iodurée); cette dernière est bonne aussi pour l'hérédosyphilis.

*Challes* est une eau très sulfureuse, peu excitante, bien tolérée grâce au bicarbonate de soude qu'elle contient et à sa fraîcheur; elle agit bien dans les manifestations scrofuleuses variées, dans les adénopathies, dans les catarrhes bronchiques, les rhinites chroniques, etc. Parmi les sulfureuses chaudes peu excitantes, se rapprochant ainsi de *Challes*, il faut citer *Eaux-Chaudes, Saint-Sauveur, Saint-Gervais, Moligt*.

2° *Chlorose et anémies.* — L'anémie des lymphatiques, l'anémie de croissance, de surmenage, l'anémie des grandes villes, l'anémie des convalescents et des dyspeptiques sont guéries par le changement d'air et de milieu, la vie à la campagne, à la mer, à la montagne, avec ou sans

addition d'eaux ferrugineuses, chlorurées, sulfureuses et arsenicales.

Les eaux ferrugineuses d'*Orezza, Spa, La Bauche, Marcols, Bussang, Forges, Renlaigue, Château-Thierry, Brucourt* seront prises à domicile ou à la source. Les anémiques peu excitables et digérant bien iront à la *Bourboule*, qui joint à l'action de ses eaux la cure d'air et d'altitude (850 mètres). Les anémiques dyspeptiques iront de préférence à *Royat* ou *Saint-Nectaire*.

Les chlorotiques se trouvent également très bien de la *Bourboule, Royat, Saint-Nectaire*, auxquelles on peut adjoindre *Chateldon, Luxeuil* qui convient spécialement aux chlorotiques nerveuses, rhumatisantes, dysménorrhéiques.

*Bagnères-de-Bigorre, Saint-Gervais, Luchon* peuvent être également conseillées à ce genre de malades.

3° *Arthritisme*. — Toutes les eaux alcalines conviennent aux enfants arthritiques. Le choix s'impose suivant les diverses manifestations. Les obèses iront à *Brides-les-Bains, Santenay, Miers, Châtel-Guyon, Bourbonne-les-Bains, Saint-Gervais, Hombourg, Kissingen, Marienbad*; mais le régime diététique prime ici la cure thermique.

Les diabétiques relèvent de *Vichy, Vals, Royat, Saint-Nectaire, la Bourboule*. Mais il y a peu d'espoir dans le diabète infantile.

Les enfants atteints de lithiase rénale seront soignés à *Contrexéville, Vittel, Évian, Capvern*.

L'asthme essentiel sera traité par la *Bourboule, le Mont-Dore, Eaux-Bonnes*.

Le rhumatisme chronique, les douleurs rhumatoïdes, le rhumatisme déformant seront traités par les chlorurées chaudes telles que *Bourbonne-les-Bains, Bourbon-l'Archambault, Bourbon-Lancy, Balaruc*, et les boues de *Dax, Saint-Amand, Barbotan, Préchacq*. A conseiller encore *Évaux, Amélie-les-Bains, La Malou, Bagnères-de-Bigorre, Châteauneuf, Luchon, Barèges, Chaudes-Aigues, Saint-Alban, Cransac* et *Aix-en-Savoie*. Les eaux sulfureuses conviennent surtout aux arthritiques peu excitables; les dyspeptiques et anémiques seront envoyés à *Plombières, Luxeuil* ou *Royat*.

4° *Rachitisme*. — A défaut du traitement maritime donné à *Berck, Pen-Bron, Saint-Trojan, Hendaye*, etc., les eaux chlorurées sodiques fortes du type *Salies-de-Béarn* agissent merveilleusement bien dans le rachitisme. On peut donner les bains salés à domicile avec le sel marin (5 pour 100) ou les eaux mères des sources chlorurées sodiques.

5° *Appareil respiratoire*. — Les maladies du nez, de la gorge, du larynx, des bronches (coryzas chroniques, hypertrophie des amygdales, adénoïdes, laryngites et trachéites, bronchites chroniques, etc.) seront traitées par les eaux sulfureuses : *Uriage, Challes, Saint-Honoré, Luchon, Ax, Cauterets, Enghien, Allevard, Pierrefonds*. Le *Mont-Dore* réclame aussi ce genre de malades; cette station agit bien dans tous les catarrhes des voies respiratoires et dans la tuberculose, même chez les sujets excitables. Les eaux sulfureuses des Pyrénées passent pour être excitantes et

mal tolérées par les jeunes sujets. Sans doute elles n'ont pas la vertu *sédative* qui appartient à l'eau du *Mont-Dore*, mais elles peuvent être utilisées à dose convenable chez les enfants même les plus jeunes. Ces eaux ont une action béchique, expectorante, asséchante, dont on ne doit pas se priver dans les catarrhes des voies respiratoires. Elles peuvent rendre de grands services dans la bronchite chronique simple des enfants, dans la bronchectasie et les reliquats de broncho-pneumonie, dans la tuberculose torpide. Elles agissent comme les balsamiques. Ce sont des eaux anti-catarrhales. Chez les malades excitables, on leur préférera le *Mont-Dore*.

Les eaux sulfureuses peuvent être employées à domicile; nous prescrivons souvent l'eau de la *Bassère*, à la dose de 50, 60, 100 grammes, prise le matin dans une tasse de lait tiède, pour les catarrhes des voies respiratoires (rhino-pharyngites, laryngites, trachéites et bronchites chroniques). On peut aussi donner les Eaux-Bonnes. En gargarismes, pulvérisations, on peut utiliser l'eau de *Challes, d'Enghien*, etc.

6° *Tube digestif et annexes*. — Les enfants atteints de dyspepsie atonique, de dilatation de l'estomac, peuvent être soignés à *Vichy, Pouques, Vals, Royat, Saint-Nectaire, Saint-Alban, Condillac, Châtel-Guyon*.

De même ceux qui ont de l'ictère, un gros foie. Quand la dyspepsie est douloureuse (gastro-entéralgie), *Bourbon-Lancy* est indiqué.

A *Plombières* seront envoyés les enfants atteints de diarrhées chroniques, de dysenterie, d'entéro-colite muco-membraneuse. *Châtel-Guyon* revendique aussi cette dernière maladie et agit bien contre la constipation chronique.

7° *Voies génito-urinaires*. — Tous les troubles de la sécrétion ou de l'excrétion urinaire (polyurie, pollakiurie) peuvent être traités par *Contrexéville, Vittel, Martigny, Évian, Capvern*. On peut essayer ces mêmes eaux dans l'hémoglobulinurie et l'hématurie d'origine calculeuse.

L'albuminurie cyclique des jeunes sujets, l'albuminurie résiduelle des néphrites aiguës, certaines néphrites subaiguës ou chroniques pourront être envoyées à *Saint-Nectaire*.

La leucorrhée des jeunes filles, la dysménorrhée seront traitées à *Luxeuil, Forges-les-Eaux, Lamalou, Royat, la Bourboule, Luchon, Saint-Sauveur*.

8° *Système nerveux*. — Les névroses et psycho-névroses de l'enfance demandent une station calme, un air pur, une chaleur tempérée. *Bagnères-de-Bigorre* semble remplir ces conditions. On y enverra les enfants agités, les neurasthéniques, les hystériques, etc.

9° *Dermatoses*. — Les maladies de la peau, en particulier les eczémas chroniques, d'origine arthritique ou scrofuleuse, les prurigos et urticaires à répétition sont traités avec succès à la *Bourboule, Uriage, Saint-Gervais, Sail-les-Bains, Luchon*, etc.

*Climatothérapie*. — L'air pur est nécessaire aux enfants bien portants comme aux enfants malades; la cure d'air doit être appliquée au traitement de toutes les maladies. Nous n'insisterons pas sur l'aération des chambres de malades, sur la fenêtre ouverte de jour et de nuit, ayant eu l'occasion d'en parler déjà à propos des affections de l'appareil respiratoire.

Dans la convalescence des maladies, le transport des enfants à la campagne, aux bords de la mer, à la montagne est très utile.

Le Dr Genaro Sisto (*Congrès de Madrid, 1905, et Congrès latino-américain, tenu à Buenos-Aires, 1904*) a proposé de créer des établissements préventifs d'hygiène infantile où la cure d'air précisément jouerait le plus grand rôle. Ces établissements rendraient les plus grands services aux écoliers débiles, anémiques, lymphatiques des grandes villes. Ils tiendraient le milieu entre les colonies de vacances — trop courtes, hélas! — et les sanatoriums qui sont réservés aux malades.

L'air des altitudes moyennes et grandes convient aux enfants pâles, aux lymphatiques, aux chlorotiques, à cause de sa pureté et de sa raréfaction qui nécessite des mouvements respiratoires fréquents, une gymnastique respiratoire favorable à l'hématose.

L'air agité des vallées basses, des plaines, des bords de la mer, plus dense, moins pur, n'est pas sédatif comme celui des hauteurs; il convient aux enfants mous, lymphatiques, scrofuleux, anémiques.

Dans les cas d'emphysème, d'asthme, de coqueluche, d'affections cardiaques, l'air comprimé peut être très utile; l'air des altitudes est trop raréfié pour convenir à la plupart de ces cas.

L'air des altitudes (à partir de 1000 m.) ne contient plus de microbes et est d'une pureté absolue; il entraîne une augmentation des globules rouges du sang. Cet air, plus sec que dans la plaine, laisse passer presque tous les rayons calorifiques, il est bien supporté malgré le froid. Plus raréfié, il conduit moins bien les sons, et le calme des montagnes est proverbial. Il en résulte une sensation d'apaisement favorable aux névroses. L'appétit augmente, les catarrhes rhino-pharyngiens se dessèchent, les enfants se sentent plus légers et plus alertes. Donc la montagne sera bonne pour les anémiques, les chlorotiques, les déprimés, les dyspeptiques, les tuberculeux, les neurasthéniques.

Dans la première enfance et jusqu'à 6 ou 7 ans, on évitera les grandes altitudes; on se tiendra entre 500 et 1000 mètres; après 7 ans, on peut aller à 1200 ou 1500 mètres et dans quelques cas jusqu'à 1800 mètres.

La station choisie devra être protégée contre les vents du nord, c'est-à-dire exposée au sud; pour cela, elle devra être adossée à une montagne ou assez rapprochée, pour être bien protégée; de l'autre côté elle ne devra être ni masquée, ni encaissée; la vue sera aussi étendue que possible. Le voisinage des forêts et des lacs est à désirer, car ils égayent le paysage et tempèrent le climat; ce sont des régulateurs thermiques.

Parmi les stations d'altitude, nous pouvons citer en France: Saint-Gervais (Savoie), Gérardmer (Vosges), les Corbières, d'altitude faible (moins de 700 m.); Aas près d'Eaux-Bonnes (800 m.) abrité par la montagne verte; le Mont-Pilat (1700 m.), Chamonix (1050 m.), Argentière (1200 m.), le Revard (1545 m.), le Salève (1171 m.), les Voirons (1456 m.), la Grave (1526 m.), le Monnetier (1495 m.).

Le Dr P. Regnard cite, parmi les stations à créer, dans les Pyrénées: Pont-d'Espagne (1488 m.), lac de Gaube (1790 m.), Gavarnie (1550 m.),

col d'Aspin (1497 m.), vallée du Lys (1100 m.), lac d'Oo (1500 m.).

En Suisse, les stations abondent, elles ont été distinguées en trois zones (Dr H. Lœtscher).

1° ZONE DES PLAINES ET COLLINES (200 à 700 m.): Aigle (419 m.) près de Lausanne, hydrothérapie, cure de raisins; Bex (455 m.), hydrothérapie, eaux chlorurées; Lavey (455 m.); Rheinfelden (270 m.), bains salins; Montreux, Clarens, Vernex, Territet, Veytaux-Chillon (580, 400, 410 m.) sur les bords du lac Léman, stations chaudes pour le printemps et l'automne, à fréquenter en allant ou en revenant de la Riviera; Sion (521 m.), cure de raisins; Yverdon (457 m.), bains; Morges (580 m.); Nyon (404 m.); Gloyon (687 m.); Heustrich (640 m.) sur le lac de Thoune, bains sulfureux; Interlaken (571 m.); Saxon (478 m.), eaux iodurées; Coire (590 m.); Locarno (217 m.), sur le lac Majeur, station d'hiver, d'automne, de printemps; Lugano (275 m.) de même; Ragaz-Pfäfers (521 m.), eaux minérales; Stachelberg (664 m.), eau sulfureuse.

2° ZONE DES CONTREFORTS ALPINS, ZONE SUBALPINE (700 à 1500 m.), excitante, air ozoné: Les Avants (1000 m.); Ballaigues (880 m.); Charmey (901 m.); Faulensée (800 m.), eaux minérales diurétiques; Heiden (806 m.), cure de petit-lait de chèvre; Gais (954 m.); Teufen (856 m.); Salvan (925 m.); Schænbrunn (705 m.), hydrothérapie; Weissembourg (878 m.); Grindelwald (1057 m.); Les Plans de Frenières (1120 m.); Finhaut (1257 m.); Stoos (1290 m.); Tarasp-Schuls (1185 m.), eaux minérales un peu purgatives; La Brévine (1046 m.), eau minérale; Champéry (1049 m.), eaux minérales; Engelberg (1019 m.), cures de petit-lait; Fideris (1091 m.), bains; Gryon (1150 m.); Gurnigel (1155 m.), eaux minérales; Villars (1275 m.); Elm (1000 m.); Seelisberg (848 m.); Weissbad (820 m.), cure de petit-lait.

3° ZONE ALPINE, grandes altitudes (1500 à 2500 m.):

Arosa (1892 m.); La Maloja (1817 m.); Saint-Moritz (1771 m.); Pontresina (1805 m.); Zermatt (1620 m.); La Comballaz (1564 m.); Andermatt (1444 m.); Morgins (1411 m.); Louèche (1415 m.), eaux minérales; Schimberg (1425 m.), eaux minérales; Montana (1520 m.); Wiesen (1400 m.); Belalp (2157 m.).

Il y aurait bien d'autres stations à citer, en Tyrol, par exemple, Méran (524 m.) et ailleurs, parmi les lieux d'hivernage, tels que Pau (205 m.), Madère, Alger, Biskra, le Caire, Abbazia, etc.

STATIONS MÉDITERRANÉENNES. — La côte qui s'étend de Toulon jusqu'à Gênes est un cordon presque ininterrompu de villas abritées du nord, tournées vers le sud et baignant leurs pieds dans la mer azurée: Menton, Cannes, Hyères, Nice, Saint-Raphaël, Beaulieu, Villefranche, Juan-les-Pins, Cap d'Ail, Monaco, San Remo, Alassio, Bordighera, etc. Ces stations sont toutes hivernales, elles sont caractérisées par un air pur et sec, une température élevée dans la journée, basse la nuit, une radiation solaire intense, une atmosphère calme, etc. Elles conviennent aux enfants délicats, anémiques, menacés de tuberculose ou déjà tuberculeux avérés.

Sans prescrire telle ou telle station spéciale du Midi, de la Suisse, de