

1167

Baños de vapor.

El baño de vapor consiste en una cámara perfectamente cerrada, donde hay aire puro respirable, y á la que se hace llegar por tubos de conducción provistos de válvulas, el vapor de agua natural ó compuesta, cuya temperatura se gradúa por un buen termómetro.

La temperatura á que estos baños deben tomarse en México varía entre 40° y 55° centígrados, límites debidos para producir buenos resultados.

Lacassagne dice á este respecto: (1)

“Los baños de vapor son muy importantes. El hombre soporta una temperatura más elevada en una estufa seca, que en una estufa húmeda, y en este medio resiste á un calor contra el que no podría luchar en el agua líquida. En estas diversas circunstancias, los puntos extremos serian de 45° centígrados en el baño caliente, de 75° para la estufa húmeda, y de 140° para la estufa seca.

“La temperatura de las estufas varía según son las localidades, de 35° á 75° centígrados; así, en los establecimientos de París

[1] Ya sabemos cómo opina el Dr. Chernoviz sobre esta materia.—[Tomo II, pág. 433.]

y en los orientales, oscila entre 35° y 50°; en Rusia entre 50° y 75°.”

Fleury ha descrito muy bien el uso metódico de estos baños; dice:

“Cuando se penetra en una estufa húmeda, cuya temperatura es de 30° centígrados, se experimenta primero un sentimiento de opresión que no tardan en hacer desaparecer algunas inspiraciones. Se eleva entonces la temperatura de la estufa á 36° ó 38°, y aquí comienzan á manifestarse los efectos fisiológicos.”

M. Lambert, los describe así:

“La superficie del cuerpo se cubre de una humedad que no se debe tomar por sudor; porque sólo es debida al vapor de agua condensado. La piel se reblandece y se relaja, un suave calor se esparce en todos los órganos; un sentimiento de calma, de quietud, difícil de describir, se siente en toda la economía; la imaginación, extraña á cualquiera otro pensamiento, sólo parece ocupada en gozar de este estado de bienestar.

“Después que el bañador ha permanecido algún tiempo en esta atmósfera, se hace subir la temperatura á 43° ó 45° centígrados; entonces la piel se enrojece, se hincha y se cubre de sudor; la cara se colora, ligeros picquetes se sienten en los bordes libres de los párpados; el pulso y la respiración aumen-

tan de frecuencia. En este momento intervienen, ordinariamente, prácticas accesorias que varían según los usos de cada país, las preferencias del bañador, y que consisten en lociones jabonosas, en lociones con la mano desnuda ó provista de un guante de flanela ó de crín, ó de un cepillo; en flagelaciones con ramas tiernas de álamo con sus hojas (Rusia), en prácticas de *massage* (Turquía, Egipto) ó de percusión muscular.

“Si la temperatura de la estufa es elevada sucesivamente de 45 á 50, 60 y 75°, poco á poco fenómenos de embarazo circulatorio se producen, la respiración se vuelve ansiosa, y pueden manifestarse accidentes graves. En el *baño oriental*, después del vapor, el bañador cubierto por envolturas de lana, continúa sudando durante una ó dos horas; después es secado por lienzos calientes. En el *baño ruso*, las envolturas son reemplazadas por una inmersión en el agua fría, de 10 á 12 grados centígrados. Algunas veces una afusión ó una ducha suceden al baño de vapor.

“De una manera general, si los baños de vapor, cuya temperatura es elevada, son peligrosos, los que no pasan de 33 á 40°, presentan serias ventajas. La piel es bien inyectada, y realmente limpiada; el sistema muscular funciona mejor, la circulación es activada.”

“Su empleo, dice Michel Lévy, está indi-

cado en todas las situaciones en que la economía tiende á la plétora linfática, y al abotagamiento ceroso. Para las personas de vida sedentaria, son muy útiles, sobre todo, si se les añaden las prácticas accesorias de los baños y el ejercicio muscular. Prestan, en fin, grandes servicios en todos los individuos que tienen una traspiración cutánea débil, ó en aquellos en los que es necesario determinar una depuración, como en los que viven en una atmósfera cargada de miasmas ó de principios tóxicos. El baño de vapor es, ciertamente, el medio más rápido para detener una estomatitis mercurial ú otros accidentes de hidrargirismo.”

—El baño ruso, tomado metódicamente, produce notables modificaciones en la economía, según lo manifiesta más extensamente el Dr. A. Aizpuro, en las siguientes consideraciones é indicaciones:

Aumenta la función circulatoria, y con esto, el número de pulsaciones.

Aumenta la frecuencia de la respiración.

Aumenta la temperatura animal.

Disminuye la secreción urinaria.

Aumenta la traspiración de la piel, después y durante el baño.

La explicación de estos fenómenos es sencilla:

¿Cómo el ruso aumenta la función, circulación, etc.?

El calor disminuyendo la tensión arterial

por una parte, dilatando los vasos arteriales por la otra, obra sobre el elemento circulatorio, haciendo su funcionamiento más rápido, supuesto que, según los notables experimentos de Marey, sabemos que siempre que la tensión arterial disminuye, el número de pulsaciones aumenta, favoreciendo también el fenómeno el estado de relajación de los vasos en los que la sangre encuentra amplia y libre vía.

¿Cómo obra para aumentar el número de respiraciones?

La temperatura exterior, tendiendo en el ruso, siempre, á sobre calentar nuestro cuerpo, éste á su vez lucha para abatir la temperatura, poniendo en juego los diversos medios de que dispone, y uno de ellos es precisamente la propiedad que el pulmón tiene de exhalar vapor de agua en cada espiración; vapor de agua que para producirse exige calor, que necesariamente toma de nuestra economía, abatiendo su temperatura. Ahora, en último análisis, si la alta temperatura del cuerpo se puede reducir exhalando mayor cantidad de este vapor, nada notable encontraremos en que se valga del artificio bien sencillo de multiplicar el número de un tiempo dado.

¿Por qué la temperatura animal asciende?

Porque la atmósfera que nos rodea, es una fuente constante de calor que tiende á nivelar á su temperatura la de los cuerpos

que en ella están; lo que conseguiría con nuestro cuerpo, si como hemos dicho, no tuviese medios para contrarrestar, aunque sea parcialmente, sus efectos.

¿Cómo disminuye la secreción urinaria durante y después del baño?

Obligando á cumplir mejor con su deber al tegumento externo sobre el cual obra tan directamente y en tanta extensión, para dejar descanso al riñón que, sin este admirable suplemento, estaría expuesto á modificarse patológicamente funcionando por sí propio y por la piel. El riñón, tan pequeño relativamente y colocado bajo capas musculares de gran espesor, se escapa, por decirlo así, á la influencia del baño.

¿Por qué aumenta la secreción del sudor?

Esto, lo sabemos, en efecto de la temperatura ambiente y podríamos darle la misma solución que á las cuestiones anteriores, pues se ve que en todas ellas hay cierto enlace, cierta comunidad de causa, que las unas se deducen de las otras, y al contrario.

La innervación sin duda que se hace mejor ó más exquisita, tanto porque los centros nerviosos están más convenientemente irrigados, como por la razón que da Max Schultze, hablando de los glóbulos sanguíneos. Dice que sus experiencias le han enseñado que el glóbulo, en la estufa húmeda, y á una temperatura inferior de 55 á 60°, aumenta sus propiedades fisiológicas, hacién-

dose más apto para la absorción, y consumo del oxígeno por la hemoglobina, y que á una temperatura superior se altera.

El sistema ó método sudorífico ruso evita las desgarraduras de la piel durante los últimos meses de la preñez. Acelera la evolución de las inflamaciones en todos los tejidos y mucosas accesibles.

Modifica ó quita las intermitentes en el estado crónico, y en el agudo fuera del período de reacción.

Previene y hace desaparecer las diversas neuralgias, sciática, lumbago, pleurodinia, torticollis, etc., sobre todo si son producidas por enfriamiento ó humedad.

Modifica ó disminuye el síntoma *hidropesía* en las enfermedades en que domina, como hidrocefalia, hidrorraquis, hidrotórax, hidropesía enquistada, hidrocele, hidartrosis, ascitis, anasarca, etc. (siempre que no se refiera á alguna lesión orgánica del corazón).

Cura completamente ó modifica las afecciones crónicas de la piel, particularmente cuando se refieren á una falta de acción sudorífica.

Cura, asociado á otra medicación, las intoxicaciones metálicas y los temblores nerviosos ó parálisis general por el plomo, mercurio, etc., (por ejemplo).

Modifica ó cura la obesidad quemando la grasa y acelerando la nutrición (Motard), sin perder la fuerza.

Modifica ó cura, según los casos, las afecciones del tubo digestivo.

Evita la estomatitis que produce la medicación del mercurio, y si ha aparecido ya, la modifica y cura violentamente.

Ciertas enfermedades de la vía respiratoria, como bronquitis y laringitis crónicas, encuentran un remedio eficaz.

Los reumatismos crónicos ceden inmediatamente.

La diátesis sifilítica, estrumosa, dastrosa, etc., mejoran rápidamente.

En la anemia, metódicamente ordenados por facultativos.

A los individuos, en fin, que llevan una vida sedentaria, no me cansaré en prescribirlos.

En las epidemias infecto-contagiosas, como el tifo, la viruela, etc., etc., son la poderosa ayuda que la higiene opone á su desarrollo.

En todos aquellos individuos que por sus ocupaciones están en un estado completo de falta de limpieza."

El Dr. Chermoix, entre los baños que tenemos enumerados, (Tomo II, página 423) hace referencia, además, de los siguientes:

1168

Baños de fumigación.

Este nombre designa los vapores de diversa naturaleza aplicados á la totalidad ó á algunas partes aisladas del cuerpo. Es lo que vulgarmente se entiende por *vahos*.

Las sustancias empleadas en las fumigaciones son: vapores del agua pura ó cargada de principios mucilaginosos, aromáticos, etc., los de benjuí, alcanfor, azufre, etc. Los aparatos no varían menos, desde la simple fumigación excitante dada en la cama, echando en un calentador un poco de benjuí, hasta los aparatos más elegantes y complicados que se usan en los establecimientos públicos. Las fumigaciones son generales ó parciales: las primeras, en las cuales se sumerge el cuerpo entero, no pueden hacerse sino con vapores de agua.

Las fumigaciones parciales pueden darse cubriendo todo el cuerpo, á excepci6n de la cabeza: el paciente está entonces encerrado en una caja de donde no sale fuera más que su cabeza, mediante una abertura circular practicada en la parte superior del aparato; otras veces sólo expone á la acci6n del vapor un miembro ó una parte del cuerpo, sirviéndose de aparatos especiales.

Según las propiedades de las sustancias

reducidas á vapor, las fumigaciones son excitantes, antisifilíticas, antiherpéticas, etc. Además de esto, poseen una acci6n común, la de provocar la traspiraci6n.

Se emplea á menudo en los resfriados y bronquitis una fumigaci6n local, aplicada de una manera muy sencilla. Se pone en un vaso una infusi6n de flores de sauco en agua hirviendo; por encima del vaso, á cierta distancia, el enfermo coloca su cabeza cubierta con una servilleta. Esta fumigaci6n dura un cuarto de hora; por lo común suele practicarse de noche, al punto de entrar en la cama.

1169

Baños eléctricos.

Después de la invenci6n de la máquina eléctrica, se trató de emplear la electricidad en el tratamiento de ciertas afecciones. Principiose por sacar chispas del cuerpo de los dolientes, aproximándolos al conductor de una máquina eléctrica en actividad; más tarde, los dolientes fueron aislados sobre el taburete con pies de vidrio; y puestos en comunicaci6n con la máquina, eran frotados con cepillos formados de numerosos hilos metálicos, con objeto de mutiplicar las chispas. De este modo se llegó, si no á curar, al

menos á mejorar el estado de algunos pacientes, sobre todo en los casos de parálisis; no obstante, el uso medicinal de la electricidad estaba ya poco más ó menos en completo abandono, cuando se pensó en utilizarla en forma de corrientes voltaicas y luego en la de corrientes de inducción; modo bajo el cual hoy está muy en boga.

Los primeros ensayos de aplicación de la electricidad galvánica á la terapéutica han sido debidos á Humboldt, que á este propósito, desde fines del último siglo, hizo numerosas experiencias en su misma persona y en varios animales. Entre otros, refiere, que habiendo esperado que un pintarrojo estuviese próximo á expirar, y cuando ya estaba tendido de espaldas sin movimiento y completamente insensible á la picadura de una aguja, le puso una chapita de zinc entre el pico y un hilo de plata en el recto. ¡Cuál fué mi admiración, escribe él mismo, cuando en el momento del contacto el pájaro abrió los ojos, se puso en pie y batió las alas! Respiró todavía por espacio de seis á ocho minutos y después murió tranquilamente.

Esta y otras muchas experiencias sirven para demostrar la poderosa acción de la electricidad sobre la economía animal. Poco se ha observado aun este agente bajo la forma de corriente continua, como hizo Humboldt en la citada experiencia, pero muchas veces, por contrario, como corriente interrumpida,

aplicándose así con el auxilio de la máquina de inducción. Estas máquinas son de dos clases: unas funcionan sin pila, y la corriente se desarrolla en este caso por la inducción de una fuerte barra magnetizada, que gira delante de dos ovillos de alambre de cobre, cubierto de seda y enroscado en un cilindro de hierro dulce, de la forma de arco de herradura á modo de los electro-imanés. El hierro, magnetizándose y desmagnetizándose á cada vuelta de la barra, actúa por inducción sobre el alambre de los ovillos y allí desarrolla una corriente inducida de sentido contrario. En otras máquinas de inducción la corriente inductora es debida á una pila.

Para ciertas curaciones hay un aparato que se compone de una cajita de madera sobre la cual hay fijado un cilindro de cobre que encierra un carrete con dos hilos metálicos. En la cajita hay una gaveta de zinc en la cual se encuentra una ligera capa de agua salada, y en esta solución se baña una chapa de carbón de coke bien calcinado é impregnado de ácido azoico; esto es, que el conjunto representa un par de pilas de Bunsen, un poco modificadas. Dos láminas de cobre en comunicación una con el zinc y la otra con el carbón, conducen la corriente al alambre grueso del carrete, pero después de haber pasado éste por un interruptor. Este interruptor consiste en una laminita de hierro dulce, que es atraída por un electro-íman

colocado en el centro del carrete. Esta lámina siendo atraída todas las veces que la corriente pasa, la interrumpe inmediatamente. Respecto al hilo inducido, sale del aparato y viene á adaptarse por sus dos extremos á dos copitas de cobre provistas de pies de vidrio, que el operador tiene en la mano. Estas copitas son huecas y guarnecidas, en la parte inferior, de esponjas empapadas en agua natural, según la mayor ó menor conductibilidad de la corriente que se trate de establecer sobre las partes en contacto con dichas esponjas.

Hanse alcanzado buenos efectos de la electricidad en varias afecciones nerviosas, principalmente en las de la vista y en las neuralgias; pero especialmente en los casos de parálisis es en donde las corrientes han producido los más satisfactorios resultados. En cualquier caso, conviene no dejarse electrizar sino por prácticos familiarizados con los efectos de la electricidad en las diversas afecciones; porque si algunas veces deja de producir efecto, no se muestra siempre inofensiva; y mal aplicada ó fuera de propósito ha dado ya algunas veces malos resultados.

Apuntados someramente los conocimientos indispensables en que se funda la *Medicina Hidroterápica*, remitimos á nuestros lectores al tantas veces citado tomo 2º, página 423, en donde encontrarán la multitud de enfermedades que se curan con ella, y no

permitiéndonoslo la índole de esta obra extendernos á lo que podríamos llamar un *tratado completo*, daremos á conocer algunas enfermedades y su curación, dejando al buen juicio de los que tengan necesidad de ocurrir á tal sistema, hagan su aplicación guiados por lo que dejamos dicho en ella. (1)

SISTEMA HIDROPATICO, CURATIVO, PRACTICO Y PURO.

El método que va comprendido entre comillas, es el de M. Priessnitz, y el que no tiene comillas es de J. Nogueras.

1170

Almorranas.

“Es bien sabido que las almorranas son causadas por una acumulación de sangre en los vasos que humedecen los intestinos mayores. Estas están cerradas ó abiertas, es decir, que desangran ó están secas y limita-

[1] Con el título de *El Médico y la Botica en casa*, el autor de esta obra tiene publicado un tratado extenso de medicina doméstica, que abarca los siete sistemas antes dichos, de cuyo tratado se propone hacer la segunda edición por estar al agotarse la primera.

das á hinchar las venas; hay también una tercera especie que exsuda humores viscosos."

"Esta no es una enfermedad local. Es la parte visible de un estado enfermo de todo el sistema, que se manifiesta por la congestión de sangre en los vasos del abdomen."

"Su curación requiere el más estricto régimen, particularmente abstinencias de especias, de licores espirituosos y de alimentos indigestos. El tratamiento en Graefenberg, eminentemente depurativo y fortificante, las cura radicalmente."

"Cuando la enfermedad está en su principio, cede á un régimen fácil, como el beber mucha agua fría, los fomentos en el abdomen, baños de asiento cortos y un procedimiento sudorífico moderado. Pero si las almorranas están ya formadas y supuran, entonces el tratamiento debe ser más severo y de más larga duración. Baños frecuentes de asiento, baños enteros y de chorro concluyen curándolas. El procedimiento sudorífico es indispensable para expeler los malos humores, que son á la vez la causa y el efecto de la enfermedad. El uso exterior del agua fría sin lo restante del procedimiento, probablemente trasformaría la enfermedad en otra aun más seria, por dejar en el sistema las sustancias viciadas."

Se empezará por un baño de asiento de media hora; defensivos calientes en el vien-

tre renovados cada dos horas, y dos lavativas; pero si la enfermedad es antigua, están ya formadas y hay supuración, entonces serán dos baños de asiento de una hora, renovando el agua cada cuarto de hora; dos sábanas al día de dos horas, y en seguida de la primera cada dos días baño general de cinco minutos: dos baños de chorro diarios de dos á tres minutos cada uno: se aumentarán las lavativas hasta cuatro, suspendiéndolas un día en la semana: no dejará de beber agua.

1171

Mal de garganta común y tos.

"Se hacen frecuentes gárgaras con agua fría y se frota la garganta y el pecho varias veces al día con la mano mojada en agua fría: se usa de un vendaje caliente en el pescuezo y en el pecho por la noche. En los casos obstinados se recurre á los baños de pies y á la traspiración."

Se moja la cabeza, y en seguida un baño de pies de un cuarto de hora: dos veces al día se hacen gárgaras de agua fría, y defensivos fríos en la cabeza, cuello y pecho en el día, y calientes en la noche: si se obstinase el mal, sábana mojada dos horas, y un baño de asiento diario.

1172

Inflamación de la garganta.

“Priessnitz ordena los fomentos ó vendajes de agua muy fría en la garganta, gárgaras de agua fría, baños de pies y mucha traspiración. Una persona que anteriormente se había curado de la esquinencia con mercurio, tuvo un segundo ataque de esta enfermedad: el método arriba dicho la curó. Cuando á la enfermedad se agrega irritación febril fuerte, entonces debe el enfermo ponerse en una sábana mojada.”

Se mojará la cabeza y hará un baño de pies de un cuarto de hora, y si la enfermedad es reciente, se pondrán por una hora defensivos calientes en el vientre, cabeza y en la garganta, y si es crónica se omiten; pero en una y otra serán defensivos fríos, y en la garganta continuos, renovándolos luego que se calienten: un baño más de pies al día, y dos sábanas mojadas de dos horas, y les seguirán dos lavativas en el día y frecuentes gárgaras de agua fría.

1173

Asma ó ahogúo.

Esta enfermedad, que por lo regular tiene el fallo de ser incurable cuando es inveterada ó muy anciano el paciente, con la Hi-

dropatía suele conseguirse muchas veces su curación: los síntomas que la distinguen son dificultad para respirar periódica ó permanente, á causa de la fluxión humoral, que contrae y endurece los bronquios, y quedan imposibilitados para surtir de aire á la respiración, sintiendo mucha fatiga, y luego que se ocupa en algún ejercicio, siente una sufocación extraordinaria; suele dividirse en *húmeda* y *seca*; en la primera se tose y escupe mucho, y poco ó nada en la segunda.

Tomará un baño de asiento de agua tibia, teniendo defensivos fríos al pecho, y cubiertas las demás partes; le harán frotaciones con las manos mojadas en las extremidades: el agua del baño la conservará en la misma temperatura, y cuando empiece á temblar de frío con castañeteo de dientes, y que los pies y manos estén calientes, entonces entrará en una sábana y permanecerá en ella media hora, y después se la quitarán, le lavarán el cuerpo con agua quebrantada, y lo envolverán en otra sábana dos horas; y al salir le darán un medio baño de diez minutos, y tres lavativas al día: si el pecho no se hubiese descargado, seguirá en la tarde con otro baño de asiento tibio, lo mismo que en la mañana, sin olvidar los defensivos fríos, renovados con frecuencia en el pecho, y la sábana de dos horas; beberá agua abundante en pequeñas tomas. Cuando ya esté más descargado el pecho, seguirá todos los

días con dos baños de asiento en agua natural, de media hora, una ó dos sábanas diarias de dos horas, una en la mañana y otra en la tarde: al cabo de quince días podrá omitir una sábana; pero siguiendo en lo demás lo mismo, suspendiendo las lavativas un día de cada cuatro, y llevará defensivos calientes en el vientre.

1174

Grippe y Catarro.

“Para ser prontamente curado de estas enfermedades, es suficiente traspasar en una sábana mojada, y después lavarse el cuerpo con agua templada á los 61° de Farenheit para ayudar á la traspiración. Se debe beber mucha agua fría mientras se esté en la cama. La grippe algunas veces produce un gran calor en la cabeza; éste se modifica por medio de baños de asiento y vendajes fríos mojados en la cabeza. Para el flato, y en general para todo dolor interior, se toma un baño de asiento, no del todo frío, sino un poco más templado, por una hora, dos veces al día, frotando bien el abdomen todo el tiempo que se esté en él; á esto se agregan inyecciones con agua fría una ó dos veces al día, y un vendaje caliente en la cintura.”

Se tomará un vaso de agua en ayunas, baño de asiento de media hora, y después se

ponen defensivos fríos en la cabeza, y calientes en el vientre y estómago: sudor de sábana mojada dos horas: otro baño de asiento en la tarde: de pies de un cuarto de hora en la noche: dos lavativas en el día y beber agua abundantemente.

1175

Cólicos.

“Estos siempre se quitan con baños de asiento, fomentos ó vendajes en el abdomen, inyecciones y beber agua en abundancia, aun cuando sean de naturaleza reumática.”

Es tan grande la nomenclatura que la medicina tiene para estas enfermedades, que sería confundir á los pacientes con los nombres de ventosos, biliosos, histéricos, pintores, etc.; mas estas son variaciones accidentales para la Hidropatía, que su objeto es perseguir y expeler las causas de su producción y el método que usa para su curación es lo que desea saber el enfermo: el nombre principal es el de cólico, porque el dolor que se advierte se ha creído ataca principalmente al intestino colon.

Se tomará primero un vaso de agua y una lavativa con defensivos calientes: un baño de asiento de media hora; después otra lavativa, y si no calmare pronto, seguirán los defensivos, renovándose luego que se calien:

ten: lavativas y sudor de sábana de dos horas, bebiendo agua fría abundante hasta completar su curación.

1176

Cólico de miserere.

Esta enfermedad, que presenta unos síntomas tan espantosos por la supresión de las deposiciones de las vías interiores, promueve horribles vómitos, desmayos, calambres y calentura violenta, causando al enfermo unos dolores tan intensos, que le pone la vida en peligro.

Se tomará inmediatamente una lavativa y beberá agua: se pondrá defensivos calientes en el vientre con un baño de media hora, haciéndose frotaciones en todo el cuerpo; otra lavativa y sábana mojada de hora y media: en seguida un medio baño de 15 minutos: si no cesaren los síntomas, seguirán las lavativas y renovando los defensivos luego que se calienten: se añadirá otro baño de asiento, renovando el agua cada cuarto de hora, y sábanas. Si la calentura no hubiese cesado, un baño general de cinco minutos, y si aun así no calmare, el enfermo debe poner todo esmero en limpiarse bien de la causa que ha motivado sus dolencias, siguiendo algunos días con estas aplicaciones, y también si fuese tan fuerte el dolor

que no se mitigase, podrá añadir un baño de chorro de dos ó tres minutos.

1177

Tisis ó consunción.

Es tan grave esta enfermedad cuando está muy avanzada, y especialmente si la persona es muy débil ó muy anciana, que por lo regular sólo se logra con la Hidropatía un alivio que de ningún modo podrá llamarse curación; pero siempre con ventajas, respecto del régimen que observa la medicina común; mas si la persona no es de mucha edad, puede haber una esperanza placentera, con la cual puede llegar á triunfarse de esta enfermedad, que tantas víctimas cuenta bajo su jurisdicción: yo he conseguido triunfos en estas enfermedades, que puedo contar algunos individuos libertados con mi método hidropático.

Para su curación tomará dos baños de asiento de media hora el primer día, y en seguida llevará defensivos calientes en el vientre, pecho, cabeza y espalda; dos lavativas y beberá seis vasos de agua en el día en pequeñas dosis, con un baño de pies en la noche de un cuarto de hora: el segundo día y los dos siguientes serán los defensivos del pecho y espalda, fríos en el día, y calientes en la noche: una sábana mojada de

dos horas con otro baño de asiento de una hora, y las lavativas serán cuatro, y todo lo mismo en los demás días: seguirá con los defensivos fríos día y noche en el pecho y pulmón; los mismos baños: cuatro lavativas: sábana en la mañana y en la tarde dos horas: cada quince días una vez sudor de frazada de media hora; y al salir, baño general de cinco minutos: de cada cuatro días suspenderá uno las lavativas: agua podrá beber bastante, aunque en pequeñas dosis. Después de ocho días se dará un baño de chorro en el pecho, del grueso de media peseta, á la altura de una vara, y en la espalda doble ó más grueso, de dos ó más varas de altura: así podrá seguir algún tiempo, aunque algún día podrá omitir una sábana, pero de ningún modo las dos ó la mayor parte del método: hará ejercicio moderado á pie ó á caballo, y de los alimentos hará uso moderadamente; si la tos aumentase, podrá usar un vendaje caliente en la garganta; pero si se inflama, lo sustituirá uno frío.

1178

Endeblez de la digestión y debilidad del estómago.

“Estas enfermedades suelen nacer de la intemperancia en el comer y beber. El abuso que se hace de la cerveza en Alemania,

consume la salud de muchos jóvenes: también suele producirla la irregularidad en las horas de comer, los alimentos y bebidas calientes, los alimentos artificiales sazonados con especias, el abuso del tabaco y sobre todo el fumar después de comer y el beber cerveza con abundancia en la comida. A todas estas causas debemos agregar el abuso de las drogas, particularmente del mercurio, enfermedades del cutis imperfectamente curadas, y más especialmente la falta de abluciones y de beber agua fría.”

“Los primeros medios que deben ser adoptados para la curación del estómago descompuesto, consisten en evitar las causas que se han enumerado. Se sustituye la sobriedad á la intemperancia, la sencillez de la naturaleza á los alimentos artificiales, no se come demasiado ni muy poco en horas fijas, prefiriendo lo frío á lo caliente, no se beben licores espirituosos de ninguna clase, té ni café; se almuerza y cena leche fría, se come carne y berzas, se evitan todas las irritaciones del ánimo; no se usa mucha ropa, pues impide la circulación, y á este modo de vivir se agrega mucho ejercicio al aire libre, lavarse y beber agua.”

“Adoptadas estas reglas, se debe usar de un fomento estimulante que cubra el abdomen y la parte inferior del estómago. El paciente debe sudar levemente por la mañana, y tomar en seguida el baño frío; por