

Gymnastique médicale et chirurgicale, ou essai sur l'utilité du mouvement, ou des différens exercices du corps, et du repos dans la cure des maladies / [Clément Joseph Tissot].

Contributors

Tissot, Clément-Joseph, 1750?-1826.

Publication/Creation

Paris : Bastien, 1780.

Persistent URL

<https://wellcomecollection.org/works/av9d5r2s>

License and attribution

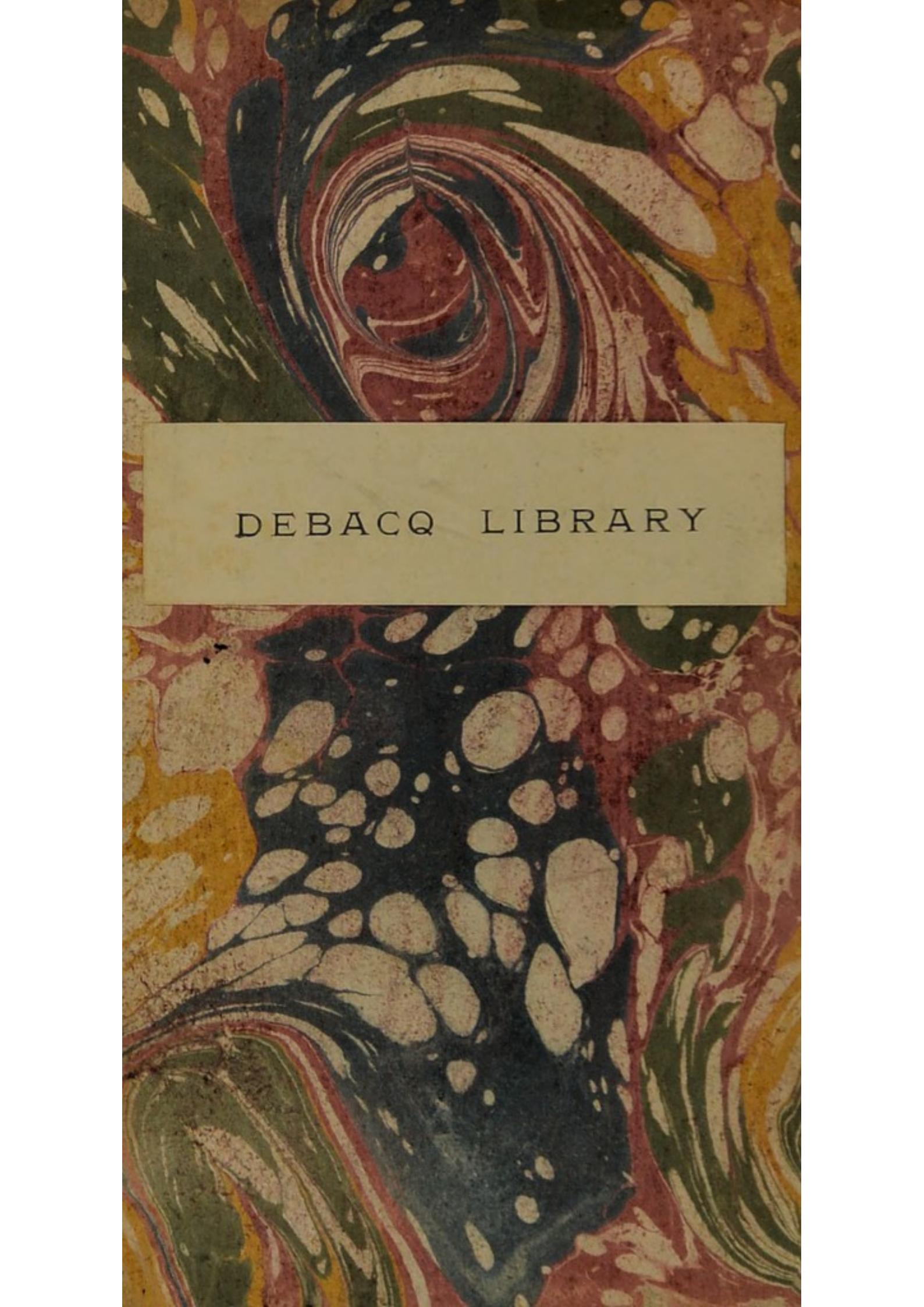
This work has been identified as being free of known restrictions under copyright law, including all related and neighbouring rights and is being made available under the Creative Commons, Public Domain Mark.

You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, without asking permission.



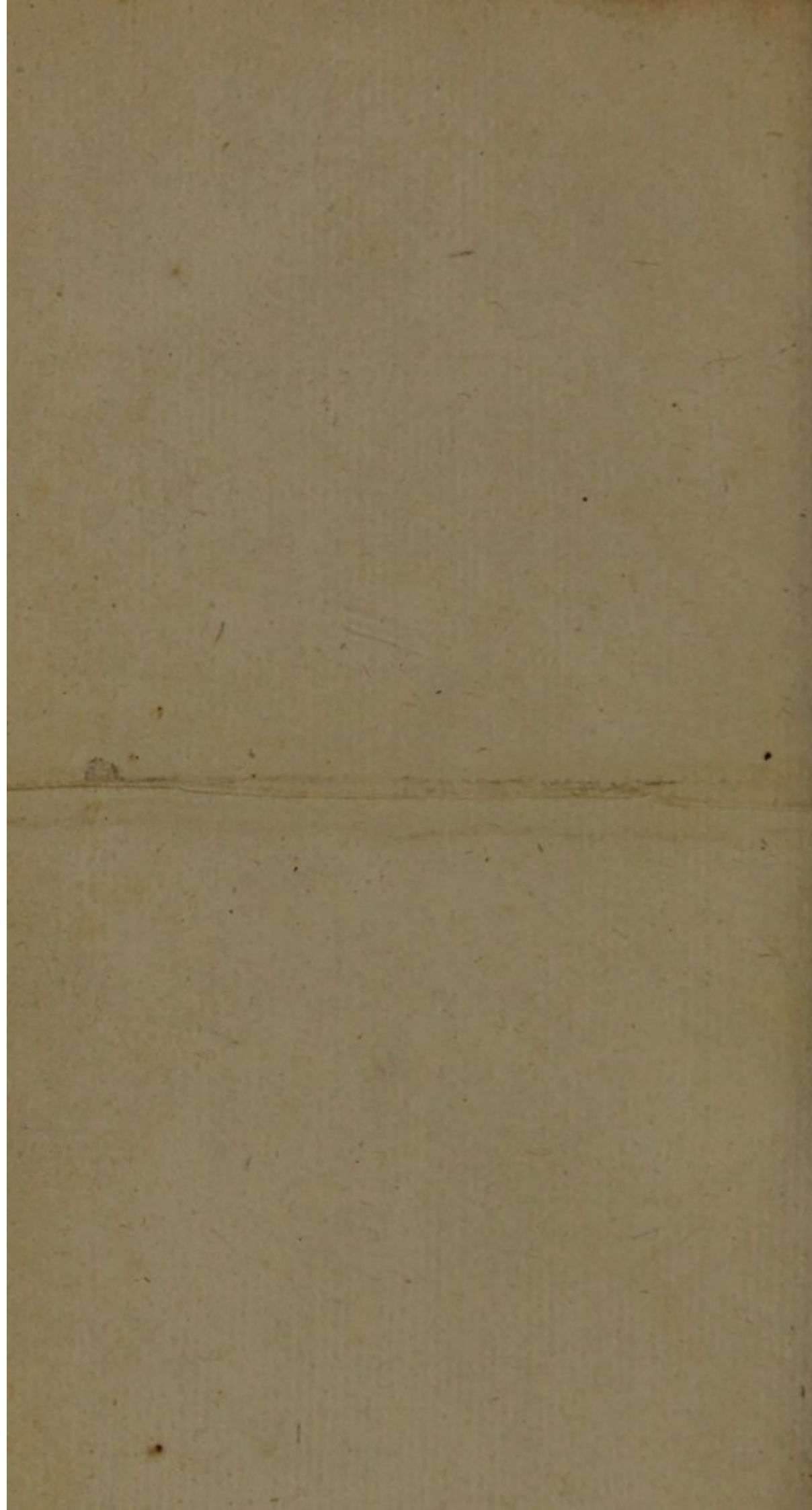
Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
<https://wellcomecollection.org>



The background of the image is a traditional marbled paper pattern. It features a central, swirling 'eye' or 'shell' pattern in shades of red, brown, and cream. This central motif is surrounded by a field of irregular, organic shapes in dark green, yellow, and brown, creating a complex, textured appearance. A horizontal white rectangular label is positioned in the center of the image, containing the text 'DEBACQ LIBRARY' in a black, serif, all-caps font.

DEBACQ LIBRARY





GYMNASTIQUE

MÉDICINALE

ET CHIRURGICALE.

AVIS DU LIBRAIRE.

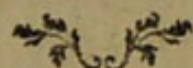
*C*ET Ouvrage n'ayant pu être imprimé sous les yeux de l'Auteur, il n'est pas étonnant qu'il se soit glissé dans l'impression quelques fautes, pour lesquelles on prie les Lecteurs de vouloir bien consulter l'Errata qui est au commencement.

GYMNASTIQUE
MÉDICINALE
ET CHIRURGICALE,
OU
ESSAI

*Sur l'utilité du Mouvement, ou des
différens Exercices du corps, & du
repos dans la cure des Maladies;*

PAR M. TISSOT,

*Docteur en Médecine, & Chirurgien-Major
du quatrieme Régiment des Chevaux-
Légers.*



A PARIS,

Chez BASTIEN, Libraire, rue du Petit-
Lion, près de la nouvelle Comédie Française,
quartier du Luxembourg.

M. DCC. LXXX.

Avec Approbation & Privilege du Roi.





A

MON MAÎTRE,

A

MON AMI,

M^e. LE PREUX,

*Docteur - Régent de la Faculté de
Médecine de Paris , ancien Pro-
fesseur de Pharmacie , &c.*

M^oNSIEUR,

*Une Epître dédicatoire est ordinairement
un tribut de flatterie ; celle-ci ne ressemblera
point à la plupart des autres , puisque vous*

avez exigé que ce fût l'amitié sincère, qui me la dictât, & que vous m'avez imposé un silence absolu sur les qualités de votre esprit & de votre cœur.

C'est par un effet de cette même modestie que vous voulez bien regarder comme votre collègue un homme qui n'est que votre disciple, & comme l'un de vos amis & de vos égaux un jeune débutant.

Je tremble en ce moment, j'ai devant les yeux le Public, le sentiment de ma faiblesse, & sur-tout la crainte qu'on ne me demande un Ouvrage digne de celui à qui j'ai cru en devoir faire l'hommage: pour me rassurer un peu, je me suis persuadé que chacun de mes Lecteurs deviendrait comme vous, d'autant plus indulgent, qu'il serait plus éclairé;

Je suis avec une estime aussi affectueuse que distinguée,

M O N S I E U R,

*Votre très-humble &
très-obéissant serviteur,*

T I S S O T.

PLAN DE L'OUVRAGE.

EXPOSER les effets du Mouvement en général , des différens Exercices du corps & ceux du repos ; assigner les indications suivant lesquelles on doit en prescrire l'usage dans la cure de quelques Maladies internes & externes : tel est mon plan , que je vais faire précéder de l'Histoire abrégée de l'origine & des progrès de la Gymnastique Médicinale jusqu'à nos jours.

ERRATA.

PAGE 228, dans la note latine, ligne 3, neque cestui, lisez neque æstui.

Idem, ligne 4, quàm replete, lisez quam repleto.

Page 230, lig. 27 ceux qui les consultent, lis. ceux qui les conseillent.

Page 289, lig. 5, morbiphique, lis. morbifique.

Page 222, lig. 2. Jérôme Mercuriel, lis. Jérôme Mercurial.

Page 228, lig. 23, déveoppement, lis. développement.

Page 239, lig. 20, aux distentions, lis. distentions.

Page 323, lig. 14, révolition, lis. révolution.

Page 325, lig. 23, l'émophthisie, lis. l'hémophthisie.

Page 328, lig. 8, ou, lis. où.

Page 329, lig. 20, retournerait, lis. retournait.

Page 325, lig. 1 & 2, ôtez chirurgicale.

Page 343, lig. 26, uniorme, lis. uniforme.

Page 363, note, lig. 3, eut, lis. peut.



HISTOIRE

T A B L E

D E S

M A T I E R E S

C O N T E N U E S

Dans la Gymnastique Médicinale
& Chirurgicale.

*H*ISTOIRE abrégée de l'origine & des progrès de
la Gymnastique Médicinale jusqu'à nos jours, page 1

Division de la premiere Partie , 15

CHAPITRE PREMIER. Du Mouvement en général,
17

N. B. Depuis l'impression de cet Ouvrage, le Li-
braire a cru devoir y ajouter une Table pour la commo-
dité du Lecteur.

CHAP. II, Effets plus particuliers & plus sensibles du mouvement,	page 23
--	---------

CHAP. III, DES EFFETS RELATIFS DU MOU- VEMENT,	35
---	----

§. PREMIER. Effets relatifs au temps,	ibid.
———— au lieu,	38
———— au degré,	41
———— à la durée,	46

CHAP. IV, DES DIFFERENTS EXERCICES DU CORPS : on les divise en trois genres,	49
---	----

§. I. EXERCICES DU PREMIER GENRE,	52
-----------------------------------	----

 Sous ce titre, on expose les effets de l'Exercice du Billard,	ibid.
———— du Palet, de la Boule, des Quilles,	53
———— du Mail, de la Paume, du Volant,	54
———— du Ballon,	57
———— de la Chasse,	58
———— de la Natation,	60
———— de l'Escrime,	62
———— de la Danse,	64

Effets de l'action de sauter , page 67

— de la promenade , 68

— de monter & descendre , 71

— de l'action de voyager à pied , & courir , 73

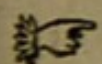
— du frottage , 74

Des Exercices qui ne mettent en action que les extrémités
supérieures, 1°. de ceux qui exercent particulièrement
les bras , 75

2°. De ceux qui ne mettent en action que les mains &
les doigts , 79

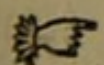
Des Exercices de la voix , 80

§. II. EXERCICES DU SECOND GENRE , 95

 Sous ce titre , on expose les effets de l'Exercice ,
de l'agitation opérée par le branle du ber-
ceau , de la litiere , de la chaise à porteurs ,
du bateau , du carrosse , du traîneau , de la
charrette , de la navigation , &c. ; & on di-
vise ces Exercices en modérés , en violents ,

96-102

§. III. EXERCICES DU TROISIEME GENRE , 109

 Sous ce titre , on expose les effets de l'Exercice
a ij

*de la branloire , du jeu de l'escarpolette , &
de l'équitation , avec différents degrés de
mouvement.*

CHAP. V. REGLES GYMNASTIQUES ,

page 120

§. I. *Le choix des exercices ,* 122

§. II. *Le choix du temps ,* 129

§. III. *La mesure , la durée de l'exercice proportionnées
à l'âge , au sexe , au tempérament du mala-
de , & à la saison où il est exercé ,* 126

§. IV. *Précautions à prendre après l'exercice fini ,* 141

CHAP. VI. DU REPOS , 145

§. I. *Des effets du repos ,* 146

§. II. *Regles générales concernant le repos ,* 155

SECONDE PARTIE.

*Indications suivant lesquelles on doit prescrire l'usage du
mouvement & du repos dans la cure des maladies en
général ,* 171

CHAPITRE PREMIER. *Indications d'après les-
quelles le repos doit être prescrit dans le traite-
ment des maladies ,* 174

DES MATIERES.

- §. I. *Maladies inflammatoires en général, telles que la fièvre aiguë, le phlegmon, l'éréfipele, &c.*

page 175

La petite vérole, 184

Les contusions, les plaies & les ulcères, 194

- §. II. *Des Maladies internes & externes de la tête, 200*

Des Maladies des yeux, 208

De l'Esquinancie, 211

- §. III. *DES MALADIES DU TRONC, telles que les commotions générales, &c. 213*

Maladies inflammatoires de la poitrine, 216

De l'Hémophthisie & des plaies pénétrantes de poitrine, 217

Maladies qui surviennent aux mamelles, telles que les contusions, les dépôts de lait, le Squirrhe, le Cancer, &c. 222

Maladies du bas-ventre, telles que les contusions ou contre-coups aux viscères, les plaies pénétrantes, les hernies, la colique néphrétique, la pierre, les hémorroïdes, la fistule à l'anús, les chûtes des intestins & de la matrice, la gonorrhée, l'inflammation aux testicules, les pertes de sang, &c. 228

- §. IV. MALADIES DES EXTRÉMITÉS ; telles que les
plaies , les ulcères , les fractures , les luxa-
tions , les anovrismes , &c. page 239

Des entorses , ou foulures , 253

- CHAPITRE SECOND. Indications suivant lesquelles
on doit prescrire le mouvement dans la cure
des maladies , 260

 Avant que d'entrer en matière , l'Auteur combat
les préjugés de ceux qui ne sont pas persuadés
de l'efficacité du mouvement , dirigé à propos
& avec prudence , dans la cure des maladies
chroniques internes ou externes.

- §. I. Des Convalescents , 264
Des Ecouelles , 272
Du Rachitis , 280
Du Scorbut , 291
De la Vérole , 294

- §. II. DES MALADIES DE LA TÊTE. De l'Apoplexie ,
de la Paralyfie , 299
Du bégayement , & autres maladies de l'organe
de la voix , 305

- §. III. MALADIES CHRONIQUES DU TRONC , &
particulièrement de la poitrine , telles que la

vomique , on les dépôts enkistés du poulmon ,
& de la phthisie , page 313

MALADIES CHRONIQUES DU BAS - VENTRE ,
telles que la foiblesse & le relâchement de
l'estomac , les obstructions du foie & des
visceres , la jaunisse , l'hydropisie , l'hy-
pocondrie , &c. 320

L'incontinence d'urine & l'ischurie vésicale , 322

Les pâles couleurs , 324

Corps étrangers introduits dans l'estomac ou les
intestins : par quelles sortes d'exercices
peut-on faciliter leur expulsion , 326

§. IV. **MALADIES DES EXTRÊMITÉS ,** telles que le
Rhumatisme , la Goutte , &c. 328

De l'Ankilose , &c. 335

§. V. **DE L'ORTHOPÉDIE ,** ou des difformités naissan-
tes du corps en général , 355

Des difformités du tronc , & entr'autres de la
poitrine , telles que la bosse , 358

Difformités de la colonne épiniere dans sa partie
servicale , 360

viii TABLE DES MATIERES.

*Difformités de la colonne épiniere dans sa partie
dorsale & combaire ,* page 365

S U P P L É M E N T.

Des Frictions seches , 382

Effets des Frictions , 383

Regles générales pour assurer le succès des Frictions ,
387

*Indications suivant lesquelles on doit prescrire l'usage
des différentes Frictions dans le traitement des mala-
dies.*



HISTOIRE



HISTOIRE

ABRÉGÉE

DE L'ORIGINE ET DES PROGRÈS

DE LA

GYMNASTIQUE MÉDICINALE,

JUSQU'À NOS JOURS.

LA Gymnastique est cette partie de la Médecine , qui enseigne la manière de conserver ou de rétablir la santé , par l'usage de l'exercice.

La Gymnastique Médicinale ayant pris naissance de la militaire , elle doit nécessairement lui avoir été postérieure , comme l'effet l'est toujours à sa cause.

Lorsque les maladies , qui sont pour la plupart le fruit de l'intempérance & de l'oïveté , eurent réduit les hommes

à la triste nécessité d'avoir recours aux Médecins ; ceux-ci, déjà convaincus sans doute que rien ne contribue plus à la conservation & au rétablissement de la santé qu'un exercice proportionné aux différences des complexions, des âges & des sexes, & connaissant d'ailleurs le penchant de l'homme à tout ce qui était du ressort de la Gymnastique, ne balancerent point à s'emparer de tout ce que cet Art pouvait leur fournir d'avantageux pour seconder les vues de leurs malades. A cette époque, la Gymnastique Médicinale commença d'éclorre.

M. Burette (1) fixe sa naissance au siècle de Platon, & Galien (2) assure qu'Esculape en fut l'Auteur. De quoi ne l'était-il pas dans l'esprit des Grecs ! La preuve que Galien donne en faveur

(1) Le premier Vol. de l'Acad. des Inscriptions, &c.

(2) Galen. *ad Thrasibulum lib. utrùm Medicinæ sit, vel Gymnasticæ hygiène. Opera hip. coi & Galeni pergameni. Medicor. omnium principum. T. V. Renat. Charter.*

du fils d'Apollon, c'est qu'il ordonnait à ses malades d'aller à cheval, de s'exercer étant armés, & qu'il leur prescrivait même les fortes de mouvemens qu'ils devaient faire, & l'espece d'armes dont ils devaient se servir en s'exerçant. Cette raison prouve bien mieux qu'Esculape connut quelques principes de la Gymnastique Médicinale, qu'elle ne persuade qu'il en fut l'inventeur.

On dit encore qu'Asclépiade (1) &

(1) Asclépiade pratiquait la Médecine sans l'aide des médicamens, & ne guérissait ses malades que par la seule façon de vivre. On remarque que de son tems, il n'y avait que quatre à cinq choses desquelles on usait en toutes sortes de maladies : savoir, faire diete du boire & du manger, frotter le corps, faire exercice, se promener à pied & à cheval, faire bercer les malades pour les endormir.

Celse dit que la méthode d'Asclépiade, dans la cure des maladies aiguës ou chroniques, était de bien fatiguer les malades pendant trois jours; il les exposait pour cet effet à une grande lumière; il les empêchait de dormir; il leur faisait endurer la soif, sans leur permettre de se rincer seulement la bouche; il les faisait porter d'un lieu dans un autre; il les faisait balancer dans des lits suspendus; il leur prescrivait

Médée (1) faisaient pratiquer à leurs malades à-peu-près les mêmes exercices qu'Esculape aux siens. Mais supposé que l'un ou l'autre eût déjà reconnu les avantages du mouvement pour la santé, il y a grande apparence, & c'est du moins le témoignage de Platon, qu'Hérodicus alla plus loin, & qu'il fut le premier qui fit un Art particulier de la Gymnastique appliquée à la santé (2).

beaucoup de frictions, & après les avoir bien fatigués pendant trois jours, il leur donnait de la nourriture le quatrième.

(1) *Medea hominibus juventutem restituisse, & in robustiorem eos ætatem retraxisse fingitur: proptereaque eam veneficam fuisse aiunt. At non ita est: fuit fœmina prudens, quæ exercitationibus gymnasticis molles & effeminatas, otioque corruptos ad integram sanitatem traduxit, & laboribus in locis calidis firmavit. Eam ob causam fabulæ occasio data, quasi homines coquendo in juventutem restituerit. Plempii, de togat. valetud. tuend. Commentatio, cap. 7.*

(2) Hérodicus avait appris d'ailleurs par sa propre expérience, de quelle utilité les exercices du corps pouvaient être pour la santé. Il s'était vu attaqué, au rapport de Plutarque, d'une maladie réputée incurable; il s'en guérit par l'exercice, & il s'en guérit si bien, qu'il parvint à un âge avancé. *Hist. de la Santé, par Mackensit.*

En effet on pratiquait , avant Héro-
dicus , plusieurs manieres d'exercices
dans les Jeux publics , qu'on célébraît
avec beaucoup de solennité : mais ceux
qui avaient institué ces Jeux , ne s'étaient
proposé que de divertir le peuple , ou
de rendre les corps plus dispos , plus
forts , & plus propres à la guerre , ou
d'obtenir par eux la faveur des Divini-
tés en l'honneur desquelles ces Jeux
se célébraient. Une couronne & l'hon-
neur d'avoir vaincu étaient toute la
récompense du vainqueur. Il fallait qu'elle
fût bien grande cette récompense aux
yeux du préjugé , car on ne se présen-
tait point à ces Jeux publics , sans s'être
exercé long - tems dans les Académies
particulieres , qu'on nommait *Gymnasia* ,
ou *Palestræ*.

Hérodicus , qui était Maître d'une
de ces Académies , ayant remarqué que
les jeunes gens qu'il avait sous sa con-
duite , & qu'il instruifait aux exercices
de la lutte , du pugilat , &c. devenaient

pour l'ordinaire d'une santé très-robuste , que même les plus faibles d'entr'eux se fortifiaient souvent : Hérodicus instruit d'ailleurs par sa propre expérience , fit alors une réflexion très-naturelle , & qu'on eût dû faire long-tems avant lui : savoir , que l'exercice & le mouvement pouvaient contribuer infiniment à la santé du corps & à sa vigueur. Portant ensuite ses vues plus loin , il fit une seconde réflexion presque aussi naturelle que la première , puisqu'elle en découlait : celle de croire qu'on pouvait rendre les différens exercices non seulement utiles à l'acquisition de la santé , mais encore à la conservation de la vie ; & de ces deux réflexions il conclut la possibilité d'introduire avec succès les Exercices Académiques dans l'Art de guérir , en les soumettant aux regles & aux principes de cet Art. D'après cette conséquence , qu'il crut avec raison aussi juste qu'elle était intéressante , Hérodicus ne balança plus ; il abdiqua la

Gymnastique Militaire & Olympique , pour ne plus s'attacher qu'à la Gymnastique Médicinale. Il en traça les regles , il en donna les préceptes , & à ce prix il mérita fans doute , plus qu'aucun autre de ceux qui l'avaient devancé , d'être regardé comme l'inventeur de cette partie de la Médecine.

Nous ne pouvons que hafarder des conjectures fur les regles que prescrivait Hérodicus ; nous avons perdu ses Ouvrages (1), mais , si nous en croyons

(1) Il y a apparence , d'après Galien , qu'elles regardaient d'un côté les différentes sortes d'exercices que l'on pouvait pratiquer pour la santé , & de l'autre , les précautions qu'il y avait à prendre , selon la différence des personnes , des tempéramens , des âges , des climats , des saisons , des maladies , &c. Rien n'empêche de croire encore , d'après Hipocrate , qu'Hérodicus réglait aussi fort exactement , & même trop rigoureusement la maniere de se nourrir , ou de faire abstinence , par rapport aux divers exercices que l'on faisait , & aux différentes vues que l'on pouvait avoir.

Je viens de dire que nous avons perdu tous les Ouvrages de ce Médecin ; mais s'il est vrai , ce que Plinie a observé , que pour les bien entendre , il fallait être savant dans la Musique & dans la Géométrie , & que

Hipocrate, qui avait été son Disciple, la maniere dont il dirigeait les exercices dans les maladies, n'était rien moins que salutaire aux malades. « Il » tuait les fébricitans, dit-il, par l'ex- » cès des promenades, par la lutte, » la diete & les fomentations; n'y » ayant rien de plus pernicieux pour » ceux qui ont la fièvre, que la faim, » la lutte, les promenades & les fric- » tions (1) ».

Hipocrate fait encore à Hérodicus d'autres reproches non moins graves, touchant sa Gymnastique. « Prétendant » surmonter, dit-il, la fatigue que » cause la maladie, par une autre fati- » gue, Hérodicus attirait à ses malades,

l'étude en était si difficile, que la plupart de ses Disciples l'avaient abandonné : ce témoignage de Pline doit infiniment diminuer nos regrets.

(1) *Herodicus febricitantes tum multis obambulationibus, tum multâ luctâ & fomentis conficiebat. Idque malè : febris enim fami, luctæ, obambulationibus, cursibus, frictioni, iisque utique omnibus est inimica. De Morb. popul. L. V. Sect. 3. p. 344. n°. 50.*

» tantôt des inflammations , tantôt des
 » maux de côté , &c. ». Cette censure ,
 qu'Hipocrate fait ici de son Maître ,
 prouve qu'Hérodicus , inventeur d'un
 moyen très-salutaire , en abusait quel-
 quefois. (Car *s'exercer* , dit un Moderne ,
n'est pas s'excéder.) La preuve en est
 qu'Hipocrate lui-même prescrivait l'exer-
 cice à ses malades , quoiqu'il ne le crût
 pas , ainsi qu'Hérodicus , utile à tous
 les cas.

Ceux qui vinrent après Hérodicus &
 Hipocrate , embrasserent avec tant d'ar-
 deur la Gymnastique Médicinale , qu'il
 n'y en eut aucun qui ne la jugeât une
 partie essentielle de la Médecine. Nous
 n'avons plus les écrits que Dioclès ,
 Praxagore , Philotime , Erasistrate , Hé-
 rophile , Afclépiades , Théon , Diotime ,
 & plusieurs autres , avaient composés
 sur cette matiere : mais ce qui s'en trouve
 dans Galien , & dans les Auteurs qui
 les citent , suffit pour nous convaincre
 que la Gymnastique Médicinale était

dans la plus grande estime & du plus grand usage chez les Anciens.

Les Modernes n'en ont pas fait moins de cas sans doute. La preuve en est qu'en descendant de siècle en siècle jusqu'à nos jours, nous trouvons Galien, Celse, Oribase, Ætius, Jérôme Mercurial (1), Mar-

(1) Jérôme Mercurial, pendant les sept ans qu'il demeura à Rome, les employa partie à enseigner la Médecine, partie à cultiver les Belles-Lettres. Les Monumens de l'antiquité, dit le Doct. Eloi, qui avaient échappé à l'injure des tems, les précieux manuserits qu'il trouva dans les riches Bibliothèques de la Capitale du monde, les Ouvrages imprimés de toute espece qu'il eut la facilité d'y consulter; tous ces secours l'aiderent à composer son Traité, de *Arte Gymnasticâ*, qu'il publia lui-même, & qui est, ajoute M. Eloi, le meilleur de tous ses Ouvrages.

En effet on y trouve des recherches curieuses sur les exercices qui ont été le plus en usage chez les Anciens, la Description de leurs Jeux & de leurs Courses, avec de savantes explications. Mais une chose qu'on est en droit de reprocher à Mercurial, c'est que, trop passionné pour l'Antiquité, dans l'étude de laquelle il s'était enseveli, il pousse son enthousiasme jusqu'à condamner l'exercice du cheval, dont les Anciens faisaient peu de cas, & que se bornant aux exercices usités chez eux, dans un Traité qu'il vou-

filius - Cagnatus, Sanctorius, Rivinus, Sthal, Jonsthon, François Fuller (1), Sydenham, Baglivi, Boerrhave, Wansvieten; en un mot, tout ce qu'il y a eu de grands Maîtres, & d'excellens praticiens, qui tous ont recommandé l'exercice, la promenade, l'équitation, &c.

lait rendre utile à ses Contemporains, il ne fait aucune mention de ceux qui ont été en usage dans les siècles moins reculés,

(1) Cet Auteur, dans sa Médecine Gymnastique, qui parut en Anglois au commencement du dix-huitième siècle, s'est proposé spécialement de faire envisager l'exercice comme essentiel à la guérison de la consommation, de l'hydropisie & des affections hypocondriaques. Cet excellent Traité, qu'il serait à souhaiter qu'on eût traduit en notre Langue, contient tant de choses importantes pour la santé, que des gens qui sentent le prix de ce genre d'étude, ne le liront jamais sans plaisir & sans fruit. Un autre objet sur lequel il s'est expliqué avec autant d'exactitude que d'intelligence dans le même Traité, c'est l'usage de la brosse & des frictions.

Ce Livre a pour titre, *Medicina Gymnastica: or, a Treatise concerning the Power of Exercise, With Respect to the animal Oeconomy; And the great Necessity of it, in the cure of Several distempers. By Francis Fuller M. A. The Sixth Edition. London 1728.*

comme des moyens excellens de guérison dans plusieurs maladies.

Enfin dans notre siècle & de nos jours, un Médecin célèbre sorti de l'Ecole de l'Hypocrate Hollandais, est venu ajouter le dernier degré de gloire & de succès à la Gymnastique Médicinale. Appelé à Paris, il y a quelques années pour y pratiquer l'inoculation sur la personne d'un Prince cher à la Nation, il y fut à peine connu, que la foule des malades l'investit; il prêcha dans ce pays-ci une doctrine que nos Médecins n'avaient pu faire recevoir: cette doctrine fut celle du mouvement & des exercices du corps. Comme il est un moment où la vérité qu'on a rejetée, s'établit enfin en dépit de tous les efforts qu'on fait contr'elle, M. Tronchin fut heureux, il persuada; & alors il fut du bon ton de faire de l'exercice, nos Petites-Maîtresses adoptèrent ce moyen curatif, comme une mode nouvelle. La plupart des malades qui consultaient

M. Tronchin, étaient des gens riches, perdus par la mollesse, l'oisiveté & la bonne chère ; l'exercice & la diète, voilà quelle devait être leur médecine, aussi M. Tronchin eut-il les succès les plus brillans. Quand on a des connaissances aussi profondes que M. Tronchin, on voit que, dans bien des cas, la bonne médecine n'est pas tant l'art de faire des remèdes, que celui d'apprendre à s'en passer.

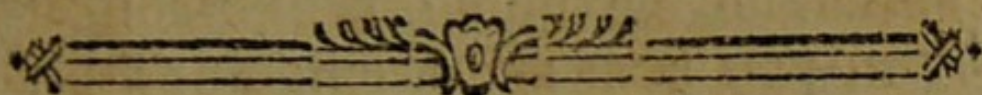
Notre Gymnastique actuelle consiste principalement en jeux & en plaisirs. Mais nous avons banni de nos mœurs libres & enjouées cet appareil important dont les Grecs & les Romains relevaient leur manière de s'exercer. Nos principaux jeux sont le mail, le billard, la paume, le volant, le ballon, la boule, les quilles, &c. qui peuvent tous être employés utilement dans l'art de guérir.

Les voitures de toute espèce, les promenades publiques qui décorent nos Villes & leurs environs, la chasse,

l'équitation, &c. fournissent à chacun différens moyens de graduer le mouvement relativement à son goût & à ses besoins. Mais il n'appartient qu'aux Médecins de diriger l'usage de tous ces exercices, & d'en faire la juste application.

Ce principe qui est vrai par rapport à toutes les maladies en général, le devient encore plus, lorsqu'il s'agit du traitement des maladies chirurgicales; & c'est pour cette raison que je m'étendrai plus particulièrement sur cet objet, parce que cette matiere est presque neuve.





PREMIERE PARTIE.

Des effets du Mouvement & du Repos.

Singula quæque locum teneant aptata decenter.

JE traiterai du mouvement en général ; j'exposerai ses effets les plus ordinaires & les plus sensibles. Je rangerai ensuite ses especes différentes, ou les différens exercices du corps chacun dans leur classe ; & je ferai connaître comment ils agissent sur lui & sur ses différentes parties, relativement au tems, au lieu, à la nature de l'exercice, à son degré & à sa durée. Autant de détails, qui amèneront comme naturellement les regles gymnastiques les plus propres à procurer au mouvement & à ses différentes especes tout le succès que l'on en peut attendre,

Enfin je suivrai à l'égard du repos à-peu-près la même marche que j'aurai suivie à l'égard du mouvement (1).

(1) Par le plan que nous venons de nous tracer , nous promettons d'être méthodiques dans cet écrit ; mais nous ne saurions nous flatter de pouvoir être courts. On fait ce mot d'Horace , *Brevis esse laboro , obscurus fio*. Cependant ce serait moins l'obscurité que nous aurions à craindre ici en voulant nous rétrécir & nous abréger , que le danger presque certain d'étrangler les matières au lieu de les traiter , de les effleurer au lieu de les approfondir. Si donc nous sommes longs & diffus ; si nous le paraissions même , (ce que nous tâcherons d'éviter) , notre excuse sera dans la grandeur & l'importance de notre sujet.



CHAPITRE PREMIER.

Du Mouvement en général.

QU'EST-CE que le mouvement ? Nous n'entreprendrons point de définir le mouvement : la définition en ferait peut-être plus difficile (1) qu'on ne pense. Nous nous contenterons d'en expliquer les propriétés , d'en exposer les opérations relativement à notre objet.

Le mouvement est l'ame de toute la nature ; c'est avec lui que nous commençons notre existence ; que nous la terminons quand il nous abandonne. Il nous conduit à la mort en travaillant à main-

(1) Je dirais volontiers du mouvement ce que Saint Augustin disait du tems : *si quæras quid sit tempus, nescio ; si non quæras , scio*. Il serait aisé de prouver l'identité de ces deux idées , & par conséquent la difficulté des deux définitions ; mais toute dissertation logique ou métaphysique serait déplacée,

tenir notre vie ; il forme nos humeurs & les détruit ; il arrose nos fibres & les desseche ; il nous nourrit & nous consume ; en un mot, tout subsiste, tout est conservé, tout périt par le mouvement. Ce qui fait voir d'un côté la nécessité de ce principe actif, & de l'autre la nécessité du repos, qui lui est opposé.

Le mécanisme général de notre corps est tellement dépendant du jeu & du mécanisme de chacune des parties qui le composent, que si l'une de ses machines particulieres n'exerce plus ses fonctions, le tout qui forme leur assemblage & leur harmonie, est exposé à une destruction plus ou moins prompte. La liaison & la dépendance que l'Auteur de la nature a établies entre toutes les parties de ce composé merveilleux sont si intimes, que le Prince de la Médecine nous a représenté le corps animé, & jouissant de ses fonctions, comme un cercle dans lequel on ne peut reconnaître ni commencement ni fin.

En effet les instrumens destinés à la chilification tirent leurs forces des organes de la sanguification, ceux-ci des nerfs & du fluide qu'ils contiennent; & ce fluide (si nous en croyons le système le plus universellement adopté, & auquel il manque peu de chose pour être démontré), ce fluide tire son origine du sang; & le sang, des alimens que nous prenons tous les jours. De la constance & de la régularité de fonctions aussi différentes & aussi multipliées, dépendent notre santé & notre vie.

Il ne suffit pas de prendre des nourritures, il faut qu'elles soient bien digérées, changées en sang, & ce sang doit être assez travaillé pour fournir non seulement la simple nourriture de tout le corps, mais encore un fluide très-subtil qu'on appelle fluide animal. Chaque liqueur doit être séparée dans des organes particuliers, & celles que la nature rejette comme inutiles & dangereuses, doivent être poussées au dehors.

Il ne faut donc négliger aucun des moyens qui facilitent l'expulsion ou d'un superflu des bonnes humeurs, ou des matieres, qui, en refluant dans la masse, pourraient la corrompre. Les deux principaux moyens que la nature nous indique, sont le *mouvement* & le *repos*.

Il paraît bien singulier que deux actes si opposés en apparence, puissent tendre au même but pour faciliter & perfectionner toutes ces opérations. L'énigme ne sera pas difficile à deviner, si l'on réfléchit que le *mouvement* produit des pertes, & que le *repos* doit les réparer.

Mais pour être pleinement convaincu de la nécessité du mouvement, par rapport à l'accomplissement régulier de toutes les fonctions dans lesquelles consistent la vie & la santé, il ne faut qu'envisager avec attention la structure du corps humain. C'est un assemblage merveilleux de vaisseaux de différens diametres qui sont entrelacés les uns dans

les autres, serpentans entre les fibres musculaires, à la pression successive desquelles ils doivent une grande partie de leur mouvement & de leur action sur les fluides. A mesure que les muscles entrent en jeu, ils produisent, sur les vaisseaux sanguins des secousses réitérées qui se communiquent dans tout le système artériel & veineux. Ces secousses non seulement procurent aux fibres la force & la souplesse qui caractérisent leur bonne constitution, mais elles broient, atténuent & subtilisent les liquides contenus dans les vaisseaux, achevent la transmutation du chile en sang, en lymphe & en fluide animal.

La nature a muni les vaisseaux, qui rapportent le sang & la lymphe, de nombreuses valvules, pour que l'action des muscles pût aider à en expulser le fluide. Mais sans cette action, cette invention admirable reste sans effet. Cette cause finale de l'économie du corps humain, prouve jusqu'à la démonstration, la né-

cessité du mouvement, & pour la conservation, & pour le rétablissement de la santé. Donnons-lui encore plus d'évidence & d'étendue dans un second chapitre.



CHAPITRE II.

*Effets plus particuliers & plus sensibles
du Mouvement.*

LE mouvement est l'action par laquelle le corps est mû, soit en total, soit en quelque-une de ses parties. Cette action s'opere par le jeu des muscles qui sont les seuls organes par le moyen desquels nous avons la faculté de nous transporter d'un lieu dans un autre, de mouvoir nos membres suivant nos besoins.

C'est par l'exercice que s'operent les différens mouvemens du corps. Par le mot d'*exercice* en général, on doit entendre toutes les actions qui peuvent donner à la machine un certain mouvement capable de la mettre en jeu. L'exercice est un travail ou un amusement. La nature nous invite à chercher dans l'un les secours dont nous avons besoin

pour notre plaisir ; & les hommes ont imaginé l'autre pour leur utilité. Mais on se livre volontairement à l'exercice, quand il est amusement, au lieu qu'on s'y porte avec peine, lorsqu'il nous offre l'image du travail.

Tout exercice considéré dans l'homme qui s'exerce, est un mouvement augmenté, & ce mouvement reçoit sa principale augmentation dans la partie qui agit le plus : mais bientôt il doit s'étendre à toutes les parties, suivant les loix de la circulation. Ainsi par le mouvement les liqueurs arrêtées, qui s'alcalifiaient, coulent librement dans leurs canaux ; celles qui étaient trop épaisses, sont atténuées ; celles qui manquaient d'activité, ont leurs sels plus développés. Les fibres se distendent, elles acquièrent de nouvelles forces pour pousser les fluides, pour empêcher ou dissiper les engorgemens ; les liquides poussés avec plus de vigueur, parviennent aux tuyaux sécrétoires de la peau ;
la

la transpiration devient plus abondante, & transformée en sueur, elle entraîne avec elle les sels âcres, & un grand nombre de parties hétérogenes qui gâteraient la masse du sang. Les liqueurs parvenant plus de fois aux organes sécrétoires qui ont reçu eux-mêmes une nouvelle énergie, les sécrétions se font librement, & délivrent le sang d'une infinité de parties étrangères.

La pression & l'atténuation qui sont les principes de la nutrition, augmentent & dans tout le corps, & dans la partie exercée. L'application de la matière assimilée est plus copieuse, plus prompte & plus ferme : telles sont les raisons de la force qu'acquièrent les fibres dans les gens qui font une grande habitude de l'exercice.

Que l'on compare les animaux sauvages avec les animaux domestiques de même espèce, on verra ce que peuvent l'exercice & la liberté pour la

vigueur du corps ; ces derniers sont gras , parce qu'ils sont bien nourris , bien soignés ; mais ils sont mous , faibles & languissans ; & l'on voit qu'ils ont perdu leur plus bel apanage.

Sans aller chercher des exemples parmi les animaux , établissons un parallèle entre la force de ces gens qui travaillent aux halles & sur les ports , avec celle d'un Tailleur , d'un Fabricant d'étoffes , ou de tant d'autres métiers sédentaires. En comparant leurs forces respectives , on croirait que ce sont deux especes d'hommes différentes : aussi les Anatomistes ont-ils observé que nous n'avons point de parties plus charnues & mieux musclées que celles que nous avons exercées ; à la seule inspection des membres , ils devineront le genre de profession qu'on exerce.

C'est donc un fait constant que l'exercice des parties sert beaucoup à les développer & à les faire croître , & conséquemment à les rendre plus fortes

chez tous les ouvriers dont le travail est fort & continu ; c'est une vérité d'expérience que l'exercice & le travail secondant en eux l'ouvrage de la nature , donnent à leurs membres plus de grosseur & de nerf , en raison du mouvement qu'ils en ont reçu.

Au contraire , lorsque les muscles destitués d'action ne secondent point la circulation du sang , il en résulte que le sang pénétrant avec peine dans les derniers replis , il n'opere qu'une nutrition imparfaite. Par défaut de nutrition les muscles se dessèchent , & leur ressort se ralentit ; les muscles semblent s'appauvrir en punition de leur indolence , & ils n'ont plus la même solidité ni le même jeu.

Qui ne fait pas que les personnes qui vivent dans l'inaction, les Cacochimes sur-tout , sont sujettes à une infinité de maladies , que leurs fibres sont faibles & relâchées , que leurs sens s'émoussent , que tout leur corps s'engourdit ? « Telle

„ une eau (1) courante , dit Plempius ,
 „ se conserve pure , tandis que celle
 „ qui croupit se corrompt : tels nos
 „ corps sont conservés en santé par
 „ l'exercice , au lieu que la paresse &
 „ l'inaction sont pour eux une source
 „ de corruption & de maladies (2) „.

Que faudrait-il penser d'un homme
 qui imaginerait se procurer la santé en
 vivant dans l'inaction ? La même chose
 qu'on penserait d'un autre qui se condam-

(1) *Uti aquæ defides putrescunt , ita & corpora
 nostra corrumpi otio atque ignaviâ. Plempius , de togat.
 valetud. tuend. Cap. 7.*

(2) C'est ce qu'Ovide a bien exprimé par ces deux
 vers :

*Cernis ut ignaviem corrumpant otia corpus ?
 Ut vitium capiant , ni moveantur aquæ ?*

De ponto Eleg. in 6 Missar.

La pensée d'Horace à cet égard est encore plus énergi-
 que & plus forte ; il prétend que l'inaction & l'oïiveté
 engourdissent tellement les sens , qu'elles conduisent à
 un oubli total de ce qu'on avoit su.

*Mollis inertia cur tantam diffuderit oblivionem sensibus.
 Pooula letheos ut si ducentia somnos arente fauce traxerim*

Hor. in Epodo,

nerait au silence pour perfectionner sa voix... Il est constant en effet que le propre du mouvement est de donner non seulement de l'action aux parties, mais encore de la régularité à leurs fonctions; que son effet est de suppléer aux forces, & de les rétablir chez les personnes qui s'exercent. En un mot, le grand ressort de la santé, c'est le mouvement, & l'indolence la détruit.

Un autre avantage du mouvement, indépendant de tous les précédens, c'est qu'il fait jouir d'un air toujours nouveau: une personne qui ne se remue point, altere bientôt l'air qui l'environne, & il lui nuit. Au contraire une personne en action en change continuellement. Enfin le mouvement peut souvent tenir lieu de remedes, & tous les remedes du monde ne peuvent pas tenir lieu du mouvement.

Ajoutons que le mouvement ne peut procurer tant d'avantages au corps, que l'ame ne se ressente en même tems de

les bons effets : aussi la sécrétion de la lymphe qui se sépare dans le cerveau sera-t-elle facile , & d'une bonne qualité. Les nerfs seront exactement tendus , & obéiront facilement à toutes les impressions des sens. De là cet état parfait de l'ame pour sentir & agir avec la plus grande force possible : de là cette aptitude de concevoir les choses , cette facilité , cette gaieté , qui accompagnent quelquefois le travail le plus pénible , & qui ont le pouvoir de chasser tous les ennuis de l'esprit , & de guérir les chagrins les plus cuisans du cœur.

Socrate , l'un des plus beaux esprits de l'antiquité , avait un soin extrême d'exercer son corps , & il regardait l'exercice qu'il aimait beaucoup , comme très-favorable à la santé (1).

(1) *Cura illi vehemens fuit corporis exercitationis , eratque præclari habitus. Sæpius saltabat , eam exercitationem plurimum ad tuendam bonam valetudinem conducere existimans , sicut & Xenophon in symposio testatur. Diog. Laert. Lib. 2 , in vitâ Socratis.*

Jules-César , au rapport de Plutarque , était d'une complexion fort délicate ; il l'avait fortifiée par l'exercice , par la guerre sur-tout , dans les fatigues de laquelle il avait trouvé un remède à sa faiblesse.

Et notre Henri-le-Grand , le meilleur de tous les Monarques , à quoi dut-il ce tempérament de feu , capable de supporter les plus grandes fatigues & les plus grands revers , si ce n'est à l'éducation rustique que son sage aïeul lui avait fait donner ?

Il est peu de personnes qui n'aient été dans le cas de s'agiter , & de faire plus d'exercice dans de certains tems que dans d'autres : que ces personnes observent l'époque de leur vie où elles auront joui d'une meilleure santé , ce sera celle-là.

Autant il est ordinaire de voir les gens oisifs & paresseux être valétudinaires & languissans , autant il est rare de voir ceux qui sont accoutumés au tra-

vail devenir malades , à moins qu'ils ne s'y livrent trop.

La plupart des Médecins & Chirur-
giens jouissent de la meilleure santé. A
quoi faut-il l'attribuer ? Aux remedes
qu'ils font , au régime qu'ils tiennent ?
Ils n'ont le tems ni de faire des reme-
des , ni d'observer de régime ; mais ils
sont continuellement en mouvement ;
ils vont & viennent sans cesse , montent
& descendent ; l'action est l'ame de leur
santé , dit le Docteur Andry (1) : enfin
l'exercice étend son influence jusqu'aux
facultés de l'ame , dont toutes les opé-
rations , toutes choses d'ailleurs égales ,
sont plus vigoureuses dans un corps fort
& robuste.

Et qu'on ne nous objecte pas que les
hommes qui sont continuellement occu-
pés à des ouvrages grossiers , & qui exer-

(1) *Attende etiam quàm prosperâ valetudine utantur
plerique Medici , euntes atque redeuntes , ascendentes ,
ac semper itantes . Quæst. Med. an præcipua valetud.
tutela exercitatio , Nicol. Andry, 1741.*

cent par conséquent leurs corps le plus vivement, devraient avoir beaucoup d'esprit, tandis que l'expérience nous prouve tout le contraire. Cette objection porterait à faux, puisque nous ne parlons pas ici de la nécessité d'un travail excédent & continu, mais d'un exercice modéré, puisque nous ne demandons pas une lassitude, mais un vrai délassement.

En effet, si l'esprit d'une part est trop vivement & trop continuellement occupé, les fibres du cerveau trop tendues absorbent une grande quantité d'esprits, & ne s'étendent qu'au détriment de la machine; si le corps de l'autre est dans une agitation trop violente & trop habituelle, son action continuelle absorbe le fluide nerveux : double raison pour laquelle les gens de cabinet sont d'un côté si froids, si faibles, si délicats, qu'ils ont la peau plus blanche, plus douce & la voix plus faible; & que les Laboureurs de l'autre, & tous ceux dont les tra-

vaux sont violens & continus, sont si grossiers, si lourds, j'ai presque dit, si peu pensans (1).

Tels sont les effets du mouvement les plus généraux & les plus ordinaires. Cependant ils sont plus ou moins sensibles dans tel ou tel homme, ils varient même relativement à beaucoup de circonstances. C'est ce qui demande un Chapitre particulier.

(1) Ces réflexions physiologiques sembleront peut-être déplacées ici, & quelques Lecteurs pourront les croire étrangères à notre sujet. Je prie qu'on suspende son jugement: on verra dans la suite qu'elles étoient comme nécessaires, & que j'ai tâché d'en faire une application méthodique par rapport au mouvement considéré sous le point de vue thérapeutique, dans la cure des maladies.



CHAPITRE III.

Des Effets relatifs du Mouvement.

LA plupart des effets généraux du mouvement sont plus ou moins sensibles dans l'homme ; ils y éprouvent même une infinité de variétés relativement au tems, au lieu, à la nature de l'exercice (1), à son degré, à sa durée. Autant de paragraphes de ce Chapitre.

§. I^{er}.

Effets relatifs au tems.

Si c'est le matin que le corps est mis en mouvement, les organes de la première digestion acquièrent plus de force ; la for-

(1) Nous nous dispenserons de parler ici des effets relatifs à la nature de l'exercice, leur place naturelle se trouvera dans le Chapitre où nous traiterons de chaque exercice en particulier.

tie des matieres excrémentitielles est plutôt favorisée, & la circulation se fait beaucoup mieux dans les viscères qui ne sont plus ni gênés ni comprimés par les excréments. Les urines sont plus considérables en quantité, & la qualité en est aussi changée; la partie sédimenteuse en doit être plus abondante. Toutes les secrétions augmentent; l'on mouche & l'on crache plus qu'à son ordinaire aux heures auxquelles les évacuations ont coutume d'augmenter. Ainsi, comme l'exercice du matin, après le relâchement procuré par le repos & le sommeil, augmente la transpiration, il augmente de même les autres évacuations.

Qui n'a pas remarqué que l'exercice que l'on prend de quelque nature qu'il soit, est toujours plus salutaire à la première fraîcheur du matin, à la campagne sur-tout, & quand le tems est beau? Mais il ne faut pas attendre que tout le baume de la nature soit dissipé. L'air du matin porte dans celui qui le respire

une force & un bien-être dont il se ref-
fent toute la journée. Voilà pourquoi
les malades se trouvent moins engour-
dis, plus souples, plus frais, plus lé-
gers, après les promenades du matin &
qu'ils font comme sûrs d'y gagner de
l'appétit (1).

Si l'estomac est plein d'alimens, lorf-
qu'on s'exerce, on est bien moins dis-
pos & moins agile; le mouvement trouble
alors la digestion, il précipite la dis-
tribution des humeurs, avant qu'elles
soient élaborées & qu'elles aient acquis
les qualités nécessaires pour la nutrition.
Si c'est le soir, & peu de temps avant
de se mettre au lit, même lorsque la

(1) Qu'est-ce que toutes les friandises pour un esto-
mac malade, s'écrie Plutarque? Et qui peut ignorer
qu'il n'est point de si bonne fauce que l'appétit?
Optimum condimentum fames est.

On dit que dans une marche Alexandre renvoya ses
Cuisiniers, disant qu'il en avait de meilleurs avec lui :
savoir, une longue marche à faire le matin, qui lui
vaudrait de l'appétit à dîner; & un dîner frugal, qui
lui ferait trouver son souper excellent.

digestion est faite dans les premières voies, alors le mouvement qu'on prend fait achever la digestion qui doit se faire dans les secondes, & le superflu est plus disposé à être évacué. D'où il résulte que rendant plus libre le cours des humeurs, l'exercice les rend aussi plus disposées aux sécrétions. Enfin les malades goûtent en se couchant les charmes du sommeil; & celui-ci verse dans leurs veines un baume inestimable, propre à rétablir leurs forces.

§. II.

Effets relatifs au lieu.

Si l'on s'exerce dans un endroit chaud, ou lorsque le soleil darde ses rayons, la transpiration est plus prompte & plus considérable que dans un lieu tempéré. Si c'est au grand air & par un tems sec, ce même effet est plus sensible; mais l'air agissant avec plus de force sur les poumons, la circulation est plus accélérée dans ce viscere, les sécrétions se

font beaucoup mieux. Aussi voit-on que les étouffemens des asthmatiques & les resserremens convulsifs qu'éprouvent ces malades, dès qu'ils ont pris du mouvement au dehors finissent le matin par des évacuations bronchiques.

Si c'est à la campagne, celle-ci présente les prés, les montagnes, les vallons, les forêts & les bois. Qu'ils sont délicieux ces bois ! En y entrant, un charme universel se répand sur tous les sens & confond leur usage. On croit voir la fraîcheur avant de la sentir ; une odeur agréable, mais indéterminée, laisse à peine à discerner si elle affecte le goût ou l'odorat ; l'air même sans être aperçu, porte dans tout notre être, une volupté pure qui semble nous donner un sens de plus, sans pouvoir en désigner l'organe. En un mot, la campagne offre mille délices & une multitude d'objets propres à dissiper, à exercer & à guérir les malades qu'on y envoie.

Ce sont sur-tout les gens de Lettres &

les amis des Muses (1) qui goûtent avec plus de transports & de charmes, avec plus d'utilité & de fruit pour le rétablissement de leur santé, tous les agrémens & tous les avantages de cet heureux séjour. En vain un Médecin austere & inquiet leur défend d'y porter leurs tablettes, ils n'y vont jamais qu'avec elles. Retournent-ils à leurs livres après s'être exercés délicieusement? Ils les revoient avec joie; ils ne leur paraissent plus ni fastidieux, ni dégoutans; ils travaillent avec une nouvelle ardeur, & leurs productions ne sentent pas ce travail gêné & fâcheux, qui fatigue le lecteur, parce que l'Auteur semble fatigué lui-même. On croirait volontiers que les efforts des esprits sont d'autant plus grands, qu'ils ont pris d'autant plus de terrain pour s'élancer (2).

(1) *O Rus! quando ego te aspiciam?* s'écriait Horace.

(2) *Vegeta & strenua ingenia, quò plus recessus sumunt, eò meliores impetus edunt.* Val. Maxim. Lib. 3, Cap. 6, p. 140.

Voulez-vous une nouvelle preuve, une conviction de plus, de l'utilité de l'exercice pris à la campagne? Voyez la différence qu'on observe dans la santé des femmes de qualité, lorsqu'elles ont passé la belle saison à la campagne, relativement à celle dont elles jouissaient lorsqu'elles ont quitté la ville.

§. III.

Effets relatifs au degré.

Le mouvement modéré a la propriété de réveiller doucement la chaleur naturelle, c'est-à-dire, l'action des fibres & l'oscillation des vaisseaux, d'entretenir la souplesse & le ressort des muscles, de fortifier les nerfs & les jointures. La masse des liqueurs acquiert par son secours plus de fluidité: il s'en fait une plus juste distribution dans tous les viscères; son cours rapide & bien réglé l'empêche de s'épaissir comme il le ferait dans un lâche repos. Enfin le mouvement mo-

déré donne de l'activité aux facultés du corps & autant de force & de vigueur que de légéreté à celles de l'ame & aux organes des sens.

C'est par lui que ces malades languissans qui ont gardé long-tems le lit pour la cure des maladies longues, commencent à jouir d'une meilleure santé; que leurs membres reprennent leurs forces & leur agilité; que les principes d'obstruction se résolvent; que l'esprit lui-même, plus libre & plus dispos, participe aux bonnes dispositions du corps. Je dis plus: le mouvement modéré & bien entendu donne une vigueur à certains malades qu'ils n'auraient jamais eue sans lui (1).

Mais plus le degré de mouvement est violent, plus l'atténuation des parties

(2) *Debet exercitatio, ut utilis sit, moderata esse ac tempestiva. Moderatâ exercitatione corpora leviora fiunt. Omnes enim partes, præcipuè muscoli & vincula mota, ab excrementis purgantur, perspirabile ad exhalationem præparatur, & spiritus reddunt tenuiores. Plèmpius, ibid. quò suprâ.*

est considérable, & plus la perte doit être grande. En effet dans cette rapidité de mouvement, il n'est pas possible que les parties qui acquièrent toutes un degré extraordinaire d'atténuation, ne soient plus souvent offertes aux vaisseaux excrétoires & ne soient chassées plus rapidement. D'où il suit que les humeurs excrémentitielles étant portées dans leurs couloirs & ensuite jettées hors de leurs conduits en quantité proportionnée au mouvement qui en a facilité la sécrétion, il suit de là, dis-je, que la masse des humeurs doit se purifier & se décharger des ruines de tous les récrémens & de la férorité surabondante plus que par toute autre excrétion (1).

Si le degré de mouvement est poussé à l'excès, qu'en résulte-t-il ? Il affecte

(1) *Effectus motûs vehementis & fructus sunt, torpentem in nobis excitare calorem; eoque & spiritus reddere vegetos atque alacres, & ut ventilatio paleas è tritico, & spicas inanes flatu dispellit: ita exercitatio quoque fugat noxios è corpore humores. plenius, ibid.*

les facultés du corps ; il entraîne à sa fuite les plus grands dangers. Il use à la longue les ressorts des viscères , il exténue les fibres, &c. (1).

La substance nutritive des alimens devrait , il est vrai , réparer cette déperdition ; mais elle est si considérable , que la nourriture la plus succulente n'y peut suppléer. L'estomac est d'ailleurs trop fatigué lui-même pour opérer de bonnes digestions ; ou s'il parvient à fournir quelques sucs suffisamment travaillés , ils sont trop promptement entraînés au travers des vaisseaux ; ils n'adhèrent point à leurs parois ; ils s'échappent par les voies de la transpiration.

Et qu'on ne croie pas que ce ne soit que le superflu des humeurs dont on a eu peut-être intention de délivrer le malade , qui s'échappe pour lors. C'est

(2) *Immoderata exercitatio consumit quidquid nobis mite placidumque est, & acris concitat, eoque inducit in nobis calorem præter naturam. Sitque ad immoderata ut calidum nativum resolvat, tùm refrigera nos. Plempius, ibid.*

la substance la plus pure du sang, c'est la vapeur la plus déliée des liquides; c'est cette lymphe précieuse qui vivifie tous les membres, qui s'exhale & s'évapore. Cette déperdition est une suite de l'effervescence des liqueurs, du gonflement des vaisseaux, de la dilatation du tissu de la peau, qui font eux-mêmes l'effet de l'excès du mouvement. De là vient que les viscères privés des fucs alimentaires, tombent bientôt dans le marasme, que le sang trop épaissi ne circule que difficilement; que la maladie, bien-loin de céder au mouvement indiqué, mais poussée trop loin, prend un mauvais caractère; que les accidens deviennent fâcheux, & que l'on est obligé de recourir au repos qui précédemment était contr'indiqué. En un mot, l'exercice forcé & poussé au dernier degré cesse d'être un bien, comme le défaut d'exercice est un mal. *Ne quid nimis.* C'est le mot d'un sage, qui reçut ce beau titre pour n'avoir dit que ce seul mot.

§. IV.

Effets relatifs à la durée.

Le mouvement, soit modéré, soit violent, tant qu'il est proportionné par sa durée aux forces de celui qui s'exerce, & conforme aux indications curatives qu'on s'est proposées, le mouvement produit toujours la plupart des bons effets dont nous avons parlé. Il serait d'autant plus inutile de les répéter ici, qu'ils rentrent naturellement dans l'article des précautions nécessaires pour assurer le succès des exercices; article essentiel que nous tâcherons de traiter avec tout le soin & toute l'étendue qu'il mérite.

Qu'il nous suffise d'observer en passant, qu'il est des maladies qui demandent que l'usage du mouvement soit long-tems continué; & que dans ces maladies ce sont les circonstances seules qui doivent déterminer la durée de l'exer-

eice indiqué; l'excès du mouvement, nous l'avons dit, & la fatigue qui en résulte, lui ôtent tout son prix; en voulant fortifier le corps, qu'on prenne donc garde de l'affaiblir.

Enfin c'est une vérité d'expérience que les meilleurs remèdes font plus de mal que de bien, s'ils ne sont administrés avec prudence, & dans l'ordre convenable. Qu'on se souvienne encore qu'il en est ainsi du mouvement, & que son usage fait plus de bien ou plus de mal, suivant le plus ou le moins de sagesse, avec laquelle on l'a employé. *Omnia in pondere & mensurâ.*

Tels sont les effets du mouvement par rapport aux différentes circonstances où il est opéré; effets, comme on l'a vu, toujours différens & toujours variés comme elles. Mais il est une circonstance plus importante & plus étendue que toutes les précédentes, celle qui est relative à la nature de l'exercice.

C'est ici un nouveau champ qui s'of-

fre à nos spéculations. Faisons donc connaître les différens exercices du corps; montrons comme ils agissent sur lui & sur ces différentes parties; & tâchons d'envisager sur-tout ces nouveaux effets comme autant de moyens applicables à la cure des maladies.



CHAPITRE IV.

Des différens Exercices du corps.

LES exercices inventés pour le plaisir & le délassément des hommes, & adoptés ensuite par la Médecine, sont de plusieurs genres, & chacun de nos membres a une espèce d'exercice qui lui est propre. L'exercice de la promenade & celui de la course sont à nos jambes & à nos cuisses; celui de l'arc, à nos bras; celui de monter & descendre le long d'une rampe, au dos & aux reins; celui de la paume, à tout le corps, &c. &c. &c.

Lorsqu'on réfléchit sur les mouvemens divers que les différens exercices occasionnent au corps, il est aisé de voir pourquoi certains exercices conviennent plutôt à la cure de telle maladie qu'à telle autre. Ainsi pour en faire

une juste application thérapeutique, il faut en connaître les effets relatifs, & dès-lors il sera plus facile d'en diriger les indications avec justesse.

Avant de détailler ces différens exercices, il convient d'en distinguer la nature. Les uns sont actifs, les autres passifs, & les derniers sont mixtes. Dans les premiers, le mouvement est entièrement produit par les personnes qui s'exercent. Dans les seconds, il est opéré par des causes qui agissent sur les personnes exercées. Dans les troisiemes, le mouvement est tour-à-tour reçu & donné par les personnes qui s'exercent, & par les agens qui concourent à leur exercice. Plaçons-les chacun dans leur classe.

§. I.

Exercice du premier genre.

Les exercices du premier genre sont le jeu de billard, de la boule, des quilles, du palet, du volant, de la

paume ; le ballon , le mail , la chasse , l'action de nager , de faire des armes ; la danse , l'action de sauter , la promenade , la course , le frotage ; les exercices qui ne mettent en action que les extrémités supérieures ; enfin les différens exercices de la voix.

Dans la plupart de ces exercices , sur-tout les plus actifs , toutes les parties du corps qui sont susceptibles de mouvement , subissent son impression. L'on marche , on va , on vient , on se retourne en mille manieres , on s'étend , ou l'on se rétrécit au besoin ; on donne plus ou moins de force & de jeu à ses mouvemens & à ses coups , les bras , la tête , le tronc , les pieds , les yeux , la langue même ; on parle avec plus ou moins de véhémence , on crie quelquefois ; tout est en action dans ces exercices. Parcourons-les chacun en particulier.



Le Billard.

Ce jeu exige divers mouvemens modérés , qui mettent tout le corps en action. Le joueur tantôt s'arrête , tantôt marche & tourne autour du billard , ce qui fait mouvoir les extrémités inférieures ; mais en poussant la bille , ces mouvemens étendent les bras , & mettent en action les muscles des extrémités supérieures & du reste du corps , par les différentes attitudes qu'il faut prendre.

Ce jeu récréatif & amusant peut avoir son utilité , lorsqu'on a l'indication de faire mouvoir le corps modérément , soit pour entretenir la circulation , soit pour faciliter l'effet d'un médicament pris à l'intérieur , tel que les eaux minérales , les boissons apéritives , &c.

Si l'on n'a en vue que de faire mouvoir les bras , ce jeu a son utilité encore , soit pour donner plus de jeu aux articulations dont les mouvemens seraient un peu gênés , soit pour favoriser les

effets de la douche que l'on appliquerait sur ces parties. Ne ferait-ce point dans ces différentes intentions que l'on a placé des jeux de billard dans les environs des fontaines d'eaux minérales? On est heureux sans doute, lorsqu'on peut offrir aux malades des secours salutaires, déguisés sous l'image du plaisir. C'était la magie qu'employait Hypocrate, & ce fut par elle qu'il se rendit si fameux.

Le Palet, la Boule, les Quilles.

Ces trois jeux exigent de la part du corps à-peu-près les mêmes mouvemens, mais ce sont les bras que l'on tourne en divers sens, & par le moyen desquels on lance le palet ou la boule qui reçoivent le plus d'effort, ce qui met les muscles de cette partie dans la plus forte action. Aussi ce moyen a-t-il trouvé quelquefois son application, lorsqu'il fallait secouer vigoureusement le bras, pour exciter une forte exten-

sion de la part de ses muscles engourdis , retirés ou roidis à la suite des plaies , ou autres maladies qui avaient exigé un long repos pour leur guérison.

Que l'on joue aux boules seules , ou que l'on joigne la boule aux quilles , il ne faut pas moins que le corps se baisse pour ramasser ces divers instrumens du jeu ; & pour les lancer jusqu'au but fixé , il faut qu'il s'incline , soit pour reprendre les boules qu'on lui renvoie , soit pour abattre & relever les quilles. C'est une succession continuelle de mouvemens aussi agréables que variés , & tous également capables de mettre le corps & ses extrémités dans une grande action. Ces deux especes de jeux peuvent trouver leur utilité dans les maladies où il serait nécessaire de faire mouvoir l'épine du dos , les bras , &c.

Le Mail , la Paume , le Volant.

Les jeux du mail , de la paume & du volant sont assez connus pour conce-

voir la variété des inflexions & des mouvemens, & la multiplicité des efforts violens que ces jeux imposent aux joueurs. On y exerce à la fois toutes les parties du corps, la tête, les yeux, le cou, le dos, les reins, les bras, les jambes (1), sans compter que l'action des poumons doit être sans cesse augmentée par les appels & les cris des joueurs. Plus de tels jeux sont fatigans pour le corps, plus ils doivent mettre l'esprit en action par la suspension continuelle qu'ils lui causent; & c'est précisément cette fatigue qui en fait le plaisir.

Leur propriété est de rendre le corps plus vigoureux, de fortifier ses extrémités, en le contraignant de courir avec légèreté, de donner des secousses aux viscères du bas-ventre, d'exciter & de favoriser les mouvemens du cou & de la tête, de procurer à toute l'habitude

(1) C'est à ces jeux sur-tout qu'il faut, comme dit le Proverbe, *bon pied, bon œil.*

du corps une grande mobilité. Ces jeux , par l'agitation violente qu'ils donnent à toute la machine , tendent à provoquer la sueur , & à débarrasser les glandes cutanées de cette lymphe âcre , épaisse , qui empêche la transpiration (1).

Galien recommande le jeu de la paume , tant pour entretenir la santé &

(1) On lit dans *les Mille & une Nuits* , la guérison d'un Prince Grec , qui n'avait jamais pu se délivrer de sa lepre , quelques remèdes qu'il eût faits , & qui en guérit par le jeu du mail. « Son Médecin prit un » mail , qu'il creusa en dedans par le manche , où » il mit de la drogue dont il prétendait se servir ; il » accommoda une boule de même , & le lendemain il » dit au Roi : Tenez , Sire , exercez-vous avec ce mail , » & poussez vigoureusement cette boule , jusqu'à ce » que vous sentiez votre main & votre corps en sueur , » Cela fait , le remède opéra si bien , que le Roi fut » guéri de la lepre ». T. I , p. 137.

Nous n'indiquerons pas l'espèce de drogue que le Médecin du Prince Grec mit ou dut mettre dans la boule & le mail qu'il avait préparés pour lui. Si nous avions ce jeu à conseiller à quelqu'un , nous attendrions de lui seul la transpiration & les autres effets que nous aurions à desirer pour notre malade. Il ne s'enfuit pas pour cela , que cette espèce d'allégorie ne soit très bien imaginée , tout au contraire.

la souplesse des membres , que pour délasser l'esprit & lui procurer plus de force (1).

Le Ballon.

Ce jeu présente à-peu-près les mêmes effets que le précédent , en ce qu'il contraint également de courir avec légèreté , ce qui rend le corps extrêmement souple & droit. Les extrémités supérieures sont singulièrement exercées pour lancer & repousser le ballon , il étend même son action jusques sur les viscères. On en pourrait tirer parti , dans les cas où il s'agit d'expulser les graviers des reins , si toutefois il n'y a point contr'indication du mouvement.

C'est sans doute pour cela , dit Mer-

(1) *Exercitium igitur id potissimum commendaverim , quod bonam corporis valetudinem ac partium concinnitatem , unâque animi virtutem præstare possit ; quale illud est quod in parvâ pilâ consistit. Animum etenim undique juvare potest , omnesque corporis partes parî modo maximè exercet. Galen. de parvæ pilæ exercitio.*

curial, qu'Auguste, qui était fort sujet à cette incommodité, avait coutume de s'exercer à ce jeu; & c'est aussi par la raison qu'il exerce vivement le corps, & qu'il met sur-tout en mouvement les parties supérieures, que Celse le recommande (1) à ceux qui ont le flux de ventre, ou un tremblement par tout le corps.

La faiblesse, la maigreur, l'atrophie des bras, trouveraient peut-être dans l'exercice du ballon un secours propre à leur rendre la vigueur & la force. C'est au Chirurgien à proportionner la grosseur & la pesanteur du ballon aux forces du malade.

La Chasse.

Qui ne connaît les fatigues & les charmes de cet exercice, sa vive agita-

(2) *Quem verò frequenter cita alvus exercet, huic opus est pilâ similibusque superiores partes exercere. Lib. 1, cap. 2, sect. 5.*

tion , & ses effets ? Le Chasseur , armé d'un fusil , (dont le maniement & le poids mettent en action le bras qui le soutient , la main qui le dirige) , va , vient , court , saute , monte & descend , tantôt marche droit & la tête levée ; tantôt se fléchit & se courbe , siffle , parle & crie pour appeller les chiens.

On voit déjà que cet exercice peut remplir différentes indications curatives , qui exigent des secousses générales dans toute la machine ; qu'il est propre à provoquer la sueur ; qu'il aurait son utilité pour favoriser les mouvemens de l'épine , ceux des articulations des extrémités inférieures & supérieures ; & qu'enfin , pris avec modération , il peut contribuer infiniment à la santé. Ce n'est pas tout.

La saison de l'année , l'heure du jour destinée à cet amusement , le mouvement nécessaire dans cette occasion , l'air pur & sans cesse renouvelé que le Chasseur respire ; la variété des objets

qui se présentent sans cesse à ses regards , & qui changent continuellement la scène pour lui ; les différens événemens de la chasse ; toutes ces circonstances , en occupant agréablement son esprit , doivent aider admirablement à la circulation des fluides dans les plus petits canaux , & opérer sur la constitution mille autres effets favorables , aux phlegmatiques , aux convalescens , aux poitrinaires , aux personnes vaporeuses , ou accablées par le chagrin ; à combien d'autres encore !

La Natation.

Cet exercice dont la Médecine fait rarement usage , peut produire quelques bons effets , lorsqu'il s'agit de corriger la faiblesse , & de donner plus de souplesse aux muscles : voici en peu de mots son mécanisme & ses effets.

Pendant l'action de nager , l'homme se soutient & avance sur l'eau , par les mouvemens des bras & des jambes qui

se fléchissent & s'étendent alternativement avec la plus forte contraction. Si l'eau de la rivière où il nage, n'est pas trop froide, la peau, les muscles, les ligamens se relâchent, s'affouplissent & s'allongent par les mouvemens des membres ; & par succession de tems, ceux-ci se fortifient.

Mais avant que d'entrer dans l'eau, il faut se faire frotter les membres malades, & même le corps, avec une flanelle : par ce moyen, on débouche les pores, on augmente la chaleur dans toutes les parties de la peau, qui dès-lors attirera l'eau avec beaucoup plus de force. Il ne faut pas se jeter tout d'un coup à l'eau, sur-tout lorsqu'elle est bien froide, car elle pourrait donner un saisissement, capable d'ôter la faculté de se mouvoir.

Enfin, lorsqu'on nage, les mouvemens doivent être forts & bien développés, pour favoriser le mouvement progressif, & sans précipitation, pour ménager les forces.

L'Escrime.

L'escrime , ou l'action de faire des armes , est de tous les exercices gymnastiques non seulement le plus actif, mais encore celui qui cause le plus de secousses à toute la machine , & qui met le plus en action les muscles des extrémités.

En effet , les muscles des cuisses , des jambes & des bras sont presque toujours en contraction ; les mouvemens de pronation & de supination sont très-fréquens dans le bras qui est armé , & les ligamens des articulations mobiles sont obligés de s'étendre , & de se prêter aux efforts & aux mouvemens violens de tout le corps.

En envisageant cet exercice , seulement de ce côté , on voit bien qu'il pourrait fournir à la Médecine & à la Chirurgie un moyen salutaire pour fortifier les extrémités , pour rendre plus libres les mouvemens de leurs

articulations , & pour favoriser davantage la circulation dans les viscères , &c.

Il y a plus , l'escrime , en donnant les positions nécessaires au corps pour le mettre en garde , lui donne en même tems cette attitude naturelle , ferme & majestueuse , qui convient au Roi des animaux. Voyez ces Maîtres d'armes : comme ils sont forts , vigoureux , bien découplés , agiles & nerveux ! ils ressemblent , pour ainsi dire , à Hercule. C'est dans les Régimens où l'on fait plus communément cette remarque. Un Soldat nouvellement enrôlé n'a presque jamais cette tournure , cette attitude si désirée par les Colonels ; on l'envoie à la salle d'armes : il y prend du goût , & bientôt on s'apperçoit que cet athlète est plus ferme sur ses jambes , que sa démarche est plus élégante & plus martiale , & que son attitude , quelquefois si grotesque auparavant , est devenue mâle , ferme & décidée. N'est-ce pas autant

à l'exercice de l'escrime qu'il doit ces avantages , qu'à l'exercice militaire , ou au maniement des armes , qui contraint le corps long-tems en repos ?

Aussi l'escrime contribue-t-il plus puissamment que tout autre exercice à l'augmentation des forces , à l'agilité du corps , à la correction des mauvaises attitudes & de certaines difformités du corps. Enfin , comme cet exercice anime la circulation , & qu'il favorise la transpiration , nous pensons que la Médecine pourrait utilement l'employer dans bien des cas , & particulièrement à la guérison de la lymphe trop épaisse.

La Danse.

Un autre exercice moins violent , c'est la danse , expression naturelle de la gaieté & de la joie (1). Ce qui dis-

(1) Le propre de la danse étant d'inspirer de la gaieté , elle en exprime toutes les nuances & tous les caractères sur la personne dansante , & lui donne

tingue la danse de quelques autres exercices, c'est que, sans sortir du naturel, & sans s'abandonner à cette véhémence d'action qui caractérise la plupart des especes de mouvemens gymnastiques, elle fait distribuer une agitation médiocre à toutes les parties du corps qu'elle remue en cadence & avec mesure, en sorte qu'il n'y a pas un muscle qui n'agisse, & qui n'entre pour sa part, dans le jeu nécessaire à former les figures, les gestes & les attitudes du danseur. Aussi rien n'est-il plus propre à rendre la taille libre & dégagée, à former un corps bien proportionné, à lui donner de la vigueur, & à toute la personne un air aisé, noble; en un mot, un maintien naturel & des graces.

Ce maintien naturel qui est réglé par des principes tirés du jeu des parties,

presque toujours une contenance qui plaît. C'est de tous les exercices celui qui réunit le plus d'avantages pour les femmes; elle est pour elles ce qu'est l'équitation pour les hommes,

contribue puissamment à la plus parfaite configuration des organes ; & le marcher, réglé pareillement par des principes tirés du jeu de tous les muscles , donne le transport le plus ferme & le plus sûr ; & rie n'est plus propre que le menuet , qui s'exécute à pas lents , pour donner l'attitude la plus régulière , la plus ferme & la plus agréable.

Ainsi l'exercice de la danse ferait bien indiqué pour augmenter la force des extrémités supérieures , comme lorsqu'il est question de faire baisser les épaules , de les retirer en arrière , pour donner plus de jeu & d'étendue à la poitrine. L'*Orthopédie* trouverait souvent l'occasion de faire usage de cet exercice , avec une espérance de succès , si ce n'est pour corriger des difformités anciennes , au moins pour les diminuer ou les prévenir.

Les contredanses , ces autres scènes plus animées que le menuet , mettent le corps dans la plus grande action de

ses parties ; c'est ce qui pourrait faire regarder la danse en général comme un des moyens les plus utiles pour faciliter la circulation des humeurs , & provoquer la transpiration.

L'action de sauter.

L'action de sauter doit suivre naturellement la danse , puisqu'elle en fait souvent partie , & qu'elle produit quelques-uns de ses effets. Le saut fait faire au corps des angles qui s'ouvrent & s'étendent alternativement ; tous les muscles extenseurs du tronc & des extrémités inférieures entrent alors en contraction pour porter le sujet à une certaine élévation : ces flexions & ces extensions réitérées contribuent à dégager les extrémités , l'épine , la tête , en un mot , toute la taille. Cet exercice trouverait bien des applications dans la pratique.

Il y a une autre espece de saut dont les enfans s'amuse , & qu'ils appellent

fauter à cloche-pied. (*Altero pede suspensio incedere*) (1). La moitié du corps, du côté du pied sur lequel on saute, éprouve une émotion considérable, tandis que l'autre n'en reçoit presque pas.

Ce jeu nous paraît être d'un grand secours, pour s'opposer à cette inégalité de force que produit souvent l'aveugle hasard dans l'enfance, ou qui peut provenir du rachitis, ou de telle autre maladie. Les sauts que l'on fait sur les deux pieds doivent pareillement opérer une égale distribution de forces entre tous les muscles que la nature s'est plu à arranger avec tant de symétrie sur les deux côtés de la machine.

La Promenade.

La promenade à pied est un exercice plus doux ; non seulement elle favorise les fonctions des extrémités inférieures,

(1) *Salratio est egregia exercitatio : & Socrates eam consuescere traditur, cum pueris ludere & saltare non erubescat. Plinius, ubi supra.*

mais elle agit encore sur tout le corps , & particulièrement sur les viscères.

La promenade prépare le corps aux évacuations ; en facilitant l'expectoration , elle rend la respiration plus libre , elle fortifie les organes de la digestion , en y excitant de petites secousses réitérées ; elle anime la circulation , & redouble , par-là , la somme des forces ; elle excite la transpiration , & contribue au délassement nécessaire après les grands exercices ; elle détruit enfin les mauvais effets qui pourraient résulter de la trop grande plénitude.

La promenade a bien d'autres avantages , si c'est à la campagne qu'on la prend , sur-tout le matin : chaque pas que l'on fait , transporte dans un air différent , qui répand dans le corps une nouvelle vie : les poumons rafraîchis par cet air varié , broient le sang & assimilent les humeurs avec plus de facilité , les sécrétions sont plus promptes ; on mouche , on urine davantage , au point de

faire détacher le fable des reins ; le corps se rafraîchit , la tête se dégage , la vue & l'ouïe deviennent plus pures. La promenade rappelle la sérénité, la fraîcheur & la force, ranime l'action des nerfs , par la tension des fibres nerveuses, à la vue des objets différens qui se présentent; elle recrée l'esprit par des scènes toujours nouvelles qu'elle lui offre; & l'odeur des fleurs champêtres se mêlant aux charmes des autres sens, l'ame partage le délice des yeux , les plaisirs de tous les sens; d'où il résulte la plus douce harmonie que l'homme puisse éprouver, celle qui met tous ses organes à l'unisson. Cicéron avoit coutume d'employer quelques momens à la promenade: & dans le moment même de cet exercice, il dictait ses pensées à ses secrétaires qui marchaient près de lui (1).

(1) *Ita quidquid conficio aut cogito in ambulationis ferè tempus consero..... Nam cum vacui nihil temporis,*

Si l'on se promene au soleil & sur un terrain inégal, alors la transpiration doit être plus abondante; & par cette variété de mouvemens, les secousses imprimées aux viscères étant plus fortes que sur un terrain uni, il doit s'en suivre différens effets qui sont salutaires dans bien des cas de pratique (1).

Enfin la promenade est d'autant plus salutaire, qu'elle est propre à tout âge, à tout sexe, & à toute sorte de tempéramens.

Monter & descendre.

L'action de monter & de descendre des escaliers, met singulièrement en mouvement l'épine du dos & les articulations

habere & cum recreandæ viculæ causâ mihi necesse esset ambulare hæc dictitavi ambulans. Cicer. ad. Att. 2. 23.

(1) *Ambulantes per loca plena & æqualia semper iisdem membris laborent: ambulantes verò per inæqualia toti corpori laborem magis distribuant, & idcirco minùs defatigentur. Plempius, ubi suprà.*

des extrémités inférieures, qui tour-à-tour se fléchissent & s'étendent. Cet exercice pourrait être employé utilement, lorsque les muscles de ces différentes parties sont engourdis, & lorsqu'on veut leur donner plus de souplesse & de force. Et comme par cet exercice les viscères de l'abdomen se trouvent quelquefois secoués & balottés, sur-tout si l'on descend plusieurs degrés à la fois, cet effet peut trouver son utilité dans la pratique.

Nous remarquerons, en passant, que l'action de monter est très-pénible pour les asthmatiques; & sans chercher à en développer les causes, nous nous contenterons d'observer avec Borelli, que le diaphragme fait des efforts particuliers, lorsqu'on monte ou qu'on descend les escaliers, de même que dans tous les cas où il s'agit d'employer une force extraordinaire; raison suffisante, & même décisive, pour interdire tous les exercices de cette espèce aux poitrinaires.

L'Action

L'action de voyager à pied, courir.

L'action de voyager à pied, donne les mêmes effets que la promenade, relativement aux parties exercées; mais elle en a d'autres, tels que la dissipation, le changement d'atmosphère, &c. dont nous aurons occasion de parler, en exposant les effets des voyages de long cours, soit en voiture, soit à cheval. Au reste on fait que les voyages à pied sont tous propres à ranimer le cours du sang, à atténuer la lymphe, à donner du ton aux vaisseaux capillaires, à augmenter l'excrétion qui se fait par les pores de la peau. En un mot, la gaieté, le bon air, l'air libre, l'exercice, sont l'ame de la santé, & les voyages produisent tous ces effets.

L'action de courir ne diffère de la promenade, qu'en ce que les mouvemens du corps sont plus dégagés, plus rapides : ses effets sont à-peu-près les

mêmes sur la circulation qu'elle anime davantage , & la transpiration qu'elle rend plus prompte & plus sensible.

Le Frotage.

L'action de frotter est assez connue , sans qu'il soit besoin d'en donner une longue description. Pendant cet exercice , une jambe tendue va d'un côté & de l'autre , tandis que la jambe opposée s'éloigne par degrés de celle qui frotte ; le frotage excite des soubresauts à toute la machine , & ses effets sur la circulation & sur l'organe de la transpiration , sont à-peu-près les mêmes que dans tout autre exercice violent.

Cet exercice pourrait être indiqué dans les cas où il serait nécessaire de procurer des mouvemens un peu violens aux extrémités inférieures , surtout à l'articulation du fémur avec l'os innominé , & lorsqu'il est question de ranimer la circulation de ces parties & de les fortifier.

Mais comme dans cet exercice le corps est courbé en devant, le bas-ventre affaîlé sur les os pubis, & que tout ce qu'il contient pèse sur la vessie & sur les autres parties qui répondent aux anneaux, aux cordons spermatiques, on ne pourrait, sans danger, le prescrire à ceux qui ont des hernies, ou qui en sont menacés, d'autant plus que les Frotteurs eux-mêmes doivent avoir la précaution de porter une ceinture pour les prévenir.

Exercices qui ne mettent en action que les extrémités supérieures.

Ces exercices peuvent se partager entre ceux qui exercent particulièrement les bras, & ceux qui ne font agir que les mains & les doigts.

1°. Les premiers renferment l'action de coudre, de faire des nœuds avec la navette, de jouer du violon, de balayer, de tourner une manivelle,

de frapper du marteau , de piler , de limer , de scier , de raboter , de ramer , de se servir de la hache , de bêcher la terre , de sonner les cloches , de lever des fardeaux , de tirer de l'eau d'un puits , de se suspendre avec les mains au moyen d'une corde , de grimper sur les arbres ; enfin mille autres jeux , occupations ou métiers , qui peuvent avoir rapport avec les précédens.

La plupart de ces exercices produisent à-peu-près les mêmes effets sur les muscles des extrémités supérieures , qui sont alors sans cesse en action. On conçoit assez , d'après leur usage , comment les uns font agir plutôt certains muscles que d'autres , c'est l'anatomie qui donne ces connoissances absolument nécessaires pour faire choix de ces différens exercices dans la cure de certaines maladies où le mouvement est indiqué.

Par exemple , faut-il rétablir les mouvemens de l'humérus avec l'omoplate , ou ceux du coude & des poignets ?

La manivelle , la hache , l'action de ramer , le violon , le timpanon , le jeu de la toupie , &c. ces exercices bien dirigés d'après les symptômes indicatifs , font autant de secours que la Gymnastique brachiale offre aux Chirurgiens.

Les bras font-ils raccourcis ? Ne manque-t-il que du mouvement pour faire alonger les muscles trop roidis qui fléchissent l'avant-bras sur le bras ? L'action de tirer de l'eau d'un puits fera jouer un grand rôle aux muscles biceps , brachiaux internes , &c. Est-il question de donner plus de jeu aux mouvemens de pronation & de supination ? L'action de faire des trous avec une vrille , l'exercice semblable à celui de battre le tambour , &c. mettront souvent en action les muscles ronds-pronateurs , les radiaux internes , &c.

Enfin s'il était nécessaire de développer la capacité de la poitrine , & de fortifier les viscères qui y sont contenus , dans le nombre des exercices dont nous

venons de parler , il en est qui mettent en action les muscles pectoraux & par conséquent les cartilages des vraies côtes qu'ils tirent à chaque élévation & extension des bras. Alors les viscères de la poitrine, en recevant une portion des secousses & des mouvemens de la part des bras , la circulation y est nécessairement augmentée; de là tous les effets qu'on pourrait desirer à cet égard.

De la continuation journaliere de ces exercices , on obtiendra encore que les ligamens des articulations des bras s'allongeront insensiblement , que les muscles de cette partie deviendront plus forts & plus nerveux ; que les organes de la poitrine acquerront plus de forces , & que le thorax se développera davantage.

On pourrait ajouter que l'usage de quelques-uns de ces exercices serait propre à corriger les difformités naissantes de l'épine du dos , qu'ils mettent aussi en action.

2°. Les exercices qui mettent en action les mains & les doigts que les Anciens appellaient *Chironomie*, renferment l'action d'écrire, de coudre, de faire du filet, de jouer de certains instrumens à corde, comme du cistre, de la guitare, de la harpe, du claveffin; ainsi que les métiers qui exigent les mouvemens fréquens des doigts, & les jeux d'enfans appelés jeux de billes, de bilboquet, des osselets, &c. Tous ces différens exercices font mouvoir les doigts & les mains en tout sens, & avec beaucoup d'agilité; & toutes les personnes qui ont appris dans leur jeunesse à jouer de quelques instrumens, en font la preuve.

Cependant à l'ignorance de ces fortes d'exercices, on en peut opposer d'autres, que les circonstances & le génie du Chirurgien lui feront aisément imaginer, pour en faire l'application à la cure de ces parties, suivant l'exigence des cas.

Si, par exemple , après la guérison des plaies , des fistules , du panaris , des foulures , &c. il reste une difficulté de mouvoir les articulations , ou si cette obscurité de mouvement dépend de la rigidité & de l'engourdissement des muscles extenseurs & fléchisseurs , c'est au Chirurgien à choisir lequel de ces exercices convient le mieux à l'indication exigée ; & s'il n'en trouve aucun dans le nombre , c'est à lui à en suppléer un de son idée ; mais ce n'est jamais que d'après la connaissance approfondie des symptômes & des accidens qu'il peut faire son choix , ou imaginer son moyen.

Passons aux exercices de la voix.

Des exercices de la voix.

Sous ce nom générique nous comprendrons l'action de parler , de lire à haute voix , de crier , de chanter & de jouer de différens instrumens à vent ; parce que la poitrine est la cause efficiente de tous ces différens exercices , & qu'ils

ont les plus grandes influences sur elle. Ils en ont encore sur le diaphragme, le larynx, le gosier, la luette, le palais, la langue, &c. en ce qu'ils concourent tous à la formation de la voix.

Les effets généraux de l'exercice de la voix, soit que l'on parle, qu'on crie ou que l'on chante, sont à-peu-près les mêmes à proportion du degré & de la durée de ces différens exercices. Dans l'un & dans l'autre, on fait des inspirations fréquentes, qui, en dilatant les poumons, servent à broyer & à diviser le sang & à favoriser la circulation. Il en est de l'exercice de la voix comme de celui des autres parties du corps; les organes de la voix & de la respiration étant mis en jeu, le sang & le fluide nerveux y viennent en plus grande abondance, la nourriture & la force des parties augmentent (1). Examinons leurs effets en particulier.

(1) *Vox cum sit animæ motus, non in superficie, sed intimis in visceribus tanquam fonte invalescens, calorem*

1°. L'action de parler excite la sécrétion des humeurs qui se versent dans la bouche & le gosier, celle des sucs digestifs, c'est-à-dire, de la liqueur gastrique dans l'estomac, ce qui contribue à favoriser la digestion. Pour s'en convaincre, il suffit de réfléchir sur le mécanisme des parties qui concourent à la formation de la voix, sur leur connexion ou plutôt sur leur sympathie avec les organes de la digestion. Voilà pourquoi Hypocrate, dans son *Traité sur la Diète*, a dit : *vocis exercitatio à cæna valdè commoda est*; que Celse conseille cet exercice à ceux qui ont l'estomac faible. *Si quis stomacho laborat, loqui debet*; qu'Aetius est du même avis : *vox egregiè convenit stomacho laborantibus & acidum eructantibus* (1).

auget; sanguinem attenuat, expurgat venas, aperit arterias, coire & concrefcere humorem supervacaneum non patitur; aut tanquam fœcem subsidere iis in vasis, quæ alimentum excipiunt aut conficiunt. Plempius, ubi suprâ.

(1) Il y a des gens qui ont recommandé à la plupart des malades la promenade après souper pour, hâter la

La circulation du sang qui est accélérée par tout le corps, pendant cet exercice, donne par conséquent plus d'énergie à l'estomac, augmente la chaleur & la transpiration : or que le sang circule plus vite dans ceux qui

digestion ; d'autres prétendent qu'elle trouble la digestion, & que le repos lui est préférable. Ne pourrait-on point entrer dans les vues des uns & des autres, & pour tenir un juste milieu, éviter l'exercice corporel d'abord après le repas ; mais y suppléer par l'exercice aimable d'une conversation amusante, qui fixe l'attention sans fatiguer, & qui occupe l'esprit sans causer la moindre peine ? Tels sont ces entretiens que quelqu'un a appelé le *Dessert des repas* entre gens d'étude. L'histoire, la poésie & la philosophie, la politique même, ouvrent une source intarissable aux entretiens les plus piquans & les plus agréables. Cette réflexion n'est pas de moi, c'est Plempius qui me l'a fournie.

Morum quidam suadent statim à sumpto cibo & ambulationem : alii quiete adjutari coctionem motu perturbari : ideòque aliis, ut à cibo statim deambulent, aliis, ut quiescant persuasum est. Utriusque consilii scopum videtur non ineptè attingere, qui sedatum à cœna quietumque corpus servans, animum non illicò seriis det, sed dicendo & audiendo ea, quæ blanda sunt & neque mordent, neque affligunt, spiritus recreet. Plempius, ibid. quòd suprà,

parlent à haute voix , c'est ce qu'on ne peut révoquer en doute , si l'on fait attention qu'en plein hiver les Prédicateurs s'échauffent , se mettent en sueur & sont , pour ainsi dire , tout en nage après avoir parlé une heure , pendant que l'auditoire est transi de froid. C'est ce qu'éprouvent encore les Professeurs , les Avocats qui dissertent long-tems sur des matieres plus ou moins intéressantes & susceptibles d'opinions contradictoires soutenues de part & d'autre avec opiniâtreté.

Une autre preuve de la vertu de la voix & de la parole pour exercer le corps , c'est qu'il est plus que probable que les femmes ont beaucoup moins besoin des autres exercices , parce qu'elles usent beaucoup de celui-là ; la nature les ayant rendues plus susceptibles de sensations agréables , leur ayant donné un plus grand fond de gaieté , elles doivent par cette raison causer davantage , & ce grand babil devient chez

elles une forte d'exercice proportionné à leurs besoins. D'où l'on peut conclure que les exercices de la voix peuvent quelquefois suppléer à ceux du corps.

Les Anciens recommandaient beaucoup celui de la voix à ceux que la faiblesse, sur-tout aux jambes, empêchait de travailler ou de se donner d'autres mouvemens. « Il est étonnant, dit Plutarque, combien l'exercice journalier de la voix est avantageux non seulement à la santé, mais même à l'entretien des forces, je ne dis pas de celles qui font les athlètes, mais de la force & de la véritable vigueur des principaux viscères du corps, d'où dépend principalement le rétablissement de la santé (1) ».

(1) *Ufus sermonis voce pronuntiati, quotidianus mirum dictu quam utile sit genus exercitationis, non ad sanitatem duntaxat, sed & ad vires, non quidem athleticas eas, aut quæ carnes augeant, sed quia principibus corporis membris, penes quæ vitæ potissimum facultas, naturale robur, verumque vigorem ingenerat.*
Plutarch. T. II, p. 130.

2°. La lecture à haute voix & la déclamation produisent les mêmes effets que l'action de parler : car la commotion souvent répétée du diaphragme pendant la lecture, comme dans la parole haute, ballotte doucement les viscères du bas-ventre, ce qui doit nécessairement rendre le mouvement aux humeurs qui se ralentissent dans ces parties.

A mesure qu'on lit, le son de la voix se plie doucement, selon les idées qui affectent, & l'on n'éprouve rien de cette chaleur que le feu de la dispute met quelquefois dans la conversation. Autre chose pourtant est de lire à voix haute, & autre chose est de crier en lisant. Aussi la lecture à haute voix échauffe-t-elle beaucoup moins que l'action de parler, de déclamer : on s'agite moins, on fait beaucoup moins d'efforts violens, j'ai pensé dire de convulsions.

C'est ce qui se passe dans la déclamation théâtrale, où l'on est obligé d'exprimer les différentes passions d'une ma-

niere plus ou moins sensible pour en pénétrer les auditeurs & en peindre la force. Aussi la poitrine du déclamateur est-elle mise si fortement en jeu pendant les exclamations , que la toux, le crachement de sang en résultent souvent.

Un tel exercice doit être interdit aux hémophthifiques; mais dans d'autres cas de pratique , il peut être de la plus grande utilité , comme pour solliciter la rupture d'un abcès enkisté dans le poumon ; la Médecine fournit beaucoup d'exemples semblables. L'action de rire (1) a aussi produit souvent de ces fortes de ruptures d'abcès qui ont été si salutaires aux malades , qu'elles les

(1) Le ris est une action pathétique de l'ame , qui met en jeu le poumon , & s'il s'y trouve quelques matieres étrangères , l'air qui s'y agite les entraîne au dehors par les bronches. C'est ce mouvement & cet état convulsif de la voix que l'on fait quand il se présente quelque chose de plaisant à notre vue ; c'est là le ris naturel qu'il est aisé de distinguer du ris des politiques & des gens du bel air , du ris sardonique sur-tout.

ont arrachées à une mort qu'on regardait comme certaine.

3°. L'action de crier produit sur la circulation à-peu-près les mêmes effets que la parole & la lecture à haute voix; cependant les inspirations sont plus profondes, le diaphragme presse davantage les viscères du bas-ventre : c'est pour cette raison que les femmes en travail hâtent leur accouchement, si on les laisse crier, parce qu'alors la matrice recevant un plus grand effort par la compression du diaphragme, l'enfant est ainsi forcé de franchir le détroit inférieur du petit bassin.

Les cris que les enfans au berceau ont coutume de pousser, pourraient être regardés comme de puissans moyens que la nature emploie pour faire aller les sucs nourriciers dans les vaisseaux les plus éloignés, ce qui oblige nécessairement les parties à se développer chez eux (1).

(1) Marsilius Cagnatus dit que les cris & les pleurs

Cependant si l'on crie bien fort & long-tems, dans un endroit vaste, comme dans la plaine, la voix, de claire qu'elle était, devient rauque, on éprouve de la chaleur & de la sécheresse dans le gosier; le crachement de sang résulte quelquefois de cet exercice violent: c'est ce qui arrive assez souvent aux Colonels & aux Majors de Régimens, parce qu'ils sont obligés de se faire entendre d'une aîle à l'autre, & que leur poitrine souffre quelquefois beaucoup de l'attitude gênée à laquelle ils sont contrainsts pendant toute la durée des évolutions.

des enfans leur tiennent lieu d'exercice, & *fletum in infantibus loco exercitationis*. & qu'au rapport de C. Warlitz, les Indiens font tenir toujours auprès du berceau de leurs enfans des orties prêtes, dont on les touche de tems en tems pour les faire crier, parce qu'ils ne crient presque jamais d'eux-mêmes. Ces peuples n'allèguent point d'autre raison de cette conduite, que la meilleure santé & la plus longue vie de leurs enfans. Souvent l'instinct des peuples sauvages équivaut l'art le plus réfléchi.

Il y a un choix à faire, soit dans l'action de crier, soit dans celle de parler à haute voix, & de déclamer, dont il a été question plus haut; & ce choix dépend du genre des maladies qu'on a à guérir, & de la nature des parties qu'elles affectent. Ainsi toutes les fois qu'il s'agira d'exciter un mouvement très-actif & de le soutenir un peu long tems sans ennui, comme dans le catarre édémateux, ou après les premiers accidens passés de la fausse esquinancie; mais sur-tout dans l'angine paralytique où il y a impuissance & relâchement des muscles de la gorge, altération des nerfs, &c. il est clair que l'on retirera plus d'avantage d'une conversation animée, de la déclamation ou d'un commandement à voix haute, que de la lecture à haute voix & de la vocifération proprement dite, parce que ces fortes d'exercices influent plus sur le larynx, la luette, les amygdales, &c. que les derniers.

Au reste ce n'est pas ici le lieu d'examiner cette matière à fond ; il nous suffit d'avoir fixé les idées de nos lecteurs sur les effets de ces fortes d'exercices , & d'avoir donné un aperçu de leur emploi sous un aspect thérapeutique. Parlons du chant.

4°. Le chant met aussi en action tous les muscles de la bouche & des parties voisines ; & par la fréquente contraction qui se fait alors dans ces parties , il arrive que la filtration des liqueurs & leur circulation s'opèrent plus parfaitement. Le mouvement de la voix influe jusques dans les endroits les plus intimes du corps ; il met en action tous les esprits animaux , non seulement pour ce qui concerne le dehors , comme font les frictions , mais encore pour ce qui concerne les viscères les plus éloignés.

C'est la raison pour laquelle les Religieuses , quoiqu'elles ne paraissent pas faire beaucoup d'exercice , ne laissent pas de se bien porter ; cet exercice de

la voix suppléant chez elles à celui que le Cloître les empêche de se donner : les esprits animaux poussés par l'action de la voix , s'insinuent plus facilement dans les tuyaux des fibres & des nerfs ; l'air agité par les organes vocaux frappe plus fortement tout le système de l'économie animale. De là vient la fluidité des humeurs , de là l'évacuation de la matiere transpirable que les remedes diaphorétiques n'operent pas aussi-bien.

Outre que l'exercice du chant atténue les fluides , il rend encore les parties solides plus robustes , & moins sujettes dès-lors à être affectées. N'est-ce pas ainsi que l'enfant , dont on fait mesurer l'haleine au chant & aux paroles , acquiert dans sa poitrine une force qui rend cette capacité plus propre à remplir ses fonctions vitales ? On a remarqué que les personnes qui , en chantant , s'habituent à prendre un ton grave , se donnent une voix grave ; que celles qui s'exercent dans les tons aigus , ont une voix aiguë.

Ne pourrait-on pas conclure de tout cela , que l'exercice du chant est un vrai moyen de donner de la force aux poitrines délicates des jeunes gens , dont les poumons sont affaiblis ?

5°. Les instrumens à vent que l'on fait parler avec la bouche , comme la flûte , le hautbois , le basson , la trompette , le cor-de-chasse , le serpent , paraissent avoir été inventés pour imiter la voix naturelle de l'homme ; mais il ne nous semble pas que la Médecine & la Chirurgie puissent beaucoup s'en aider. La plupart de ceux qui apprennent à jouer de ces instrumens sont rarement exempts de douleurs de poitrine ; plusieurs même s'en dégoûtent par cette raison. Morgagni attribue à ces instrumens , comme à l'exercice de la voix trop continué , les adhérences du poumon , à la plevre qu'il a observée dans l'ouverture de plusieurs cadavres ; c'est pourquoi il conseille aux Musiciens de ne faire usage de leurs instrumens & de

leur voix qu'avec modération , & de n'y employer que le moins d'efforts possibles.

Cependant l'action de jouer des instrumens à vent , dilatant extraordinairement les joues & la poitrine , excitant une grande tension dans les muscles de l'abdomen , & les viscères se trouvant par-là foulés & comprimés , cette action est capable , dis-je , de donner du ressort à ces parties lorsqu'elles sont dans l'atonie , ou qu'il est nécessaire de déterminer une pléthore dans le bas-ventre ; mais je ne l'indique ici qu'en tremblant , parce qu'une hernie pourrait en être la suite.

Les instrumens à vent pourraient encore être de quelque utilité aux personnes qui ont les joues rétrécies par les cicatrices qui défigurent ces parties chez elles ; parce qu'alors le gonflement des joues causé par la vive compression de l'air qu'on souffle dans l'instrument à vent , peut étendre & allonger les muscles des joues , au point de leur ren-

dre une partie de leur expansion naturelle (1) ; mais il faut pour cela choisir les instrumens à bocal , tels que le corde-chasse & la trompette. L'on conçoit assez qu'il n'est même pas nécessaire de savoir jouer de ces instrumens , & qu'il suffit d'en tirer des sons.

§. II.

Exercices du second genre.

Les exercices du second genre peuvent être divisés en modérés & en violens : les premiers renferment l'agitation opérée par le branle d'un berceau , par la litiere , la chaise à porteur , le bateau , & le carrosse traîné lentement (2) : les

(1) Je me rappelle avoir vu à la Verrerie de Seve , un homme dont les joues étaient pendantes & plissées , à force d'avoir soufflé dans le tube qui sert à porter l'air dans le verre fondu pour le dilater & en former des bouteilles. Cet effet est à-peu-près le même que celui qui résulte de l'action des instrumens à vent sur la bouche.

(2) Au défaut de ces moyens , on peut proposer la gestation dans un lit suspendu que l'on agiterait , &

seconds renferment l'agitation opérée par le traîneau, la charrette, une voiture en poste, & la navigation.

Dans ces sortes d'exercices, certaines parties du corps sont en repos, tandis que le reste est en mouvement dans la direction des causes qui agissent sur les personnes exercées. Le corps se trouve agité par ce mouvement passif, de la même manière que par les exercices actifs, mais sans éprouver de lassitude, & sans dissiper ses forces; au lieu que les mouvemens volontaires des muscles, en fortifiant le corps, le fatiguent & consomment autant d'esprits qu'ils en font renaître. Examinons leurs effets.

Exercices modérés du second genre.

Ces différens exercices en général, & principalement les modérés, ont la

si l'on n'en a point, on peut mettre sous un des pieds du lit un soutien, & remuer le lit avec la main. Ce moyen avait déjà été imaginé par Celse. *At certe uni pedi lecti funiculus subjiciendus est, atque ita lectus huc & illuc manu impellendus*, Cels. lib. 2, cap. 2, sect. 7.

propriété

propriété de donner au corps un mouvement léger d'oscillations, de réveiller les facultés assoupies & languissantes; & sur-tout l'action des viscères par la chaleur résultante de leur frottement & des secousses qu'ils éprouvent, de favoriser les sécrétions & les excrétions, de fortifier les organes de la digestion. Voyons les différences qu'il y a entr'eux.

1°. La plupart des Auteurs qui se sont occupés de l'éducation corporelle des enfans, n'ont pas manqué de faire connaître les abus du branle du berceau en ce qu'il peut causer de très-fâcheux effets dans leur cerveau encore trop tendre; ils ont même prétendu que ce ballottement, dont les secousses sont quelquefois plus fortes les unes que les autres, est capable de les faire souffrir en mille manières, d'exciter leurs pleurs, de troubler leur digestion, de porter même un dérangement sensible dans la circulation de leur sang; mais il faut

songer que tout n'est bon & mauvais que relativement (1).

En effet, si l'on réfléchit à ce qui se passe dans l'action très-moderée du branle du berceau, on verra que le renouvellement fréquent de l'atmosphère, que les secousses régulières & modérées données à toutes les parties, que l'action des viscères les uns sur les autres doivent faire des impressions utiles sur les enfans atteints de certaines maladies chroniques qui exigent du mouvement. D'ailleurs l'air qui résiste plus ou moins, & contre lequel appuie tout le corps lorsqu'il est balancé, agit en comprimant toutes les parties comme autant de frictions légères qui doivent occasionner le dégourdissement des moindres vaisseaux de la peau, & faciliter le mouvement des liqueurs dans leurs cavités : ces parties étant agacées, elles

(1) L'Abbé Noller & J. - J. Rousseau ont tous deux été de cet avis.

prennent un ton égal qui établit l'équilibre ; d'où résulte une certaine harmonie entre l'action des organes & la distribution des humeurs , très-favorable au rétablissement de la santé.

Qui ne fait pas que rien n'appaise autant les enfans malingres que le mouvement , sur-tout lorsqu'ils n'ont pas faim ? N'y a-t-il pas des circonstances où un ébranlement lent & doux du berceau pourrait soulager les maux des enfans , en les distrayant un peu de leurs souffrances , & en les invitant au sommeil ?

2°. Si l'on porte les enfans sur le bras , & qu'on les secoue doucement , il résulte de cette gestation à-peu-près les mêmes effets sur leur petit corps , que celle opérée par la chaise à porteur sur celui des adultes. Les viscères sont légèrement ballottés & froissés les uns contre les autres. Par cet exercice on pourrait peut-être obtenir le dégagement de quelques corps étrangers arrêtés

dans les intestins ; comme on pourrait aussi faire sortir des pierres biliaires engagées dans le foie , &c.

3°. Si la gestation a lieu dans une litiere , ou en suivant doucement en bateau le cours d'un fleuve tranquille (1) , on éprouve alors un balancement insensible qui égaye & réveille sans effort l'action des viscères , & leur donne de la vigueur ; elle excite l'appétit & dispose merveilleusement à une transpiration convenable. C'est le témoignage de Sanctorius : *Cymbæ & lecticæ motus si diu duret , saluberrimus ; tunc solum ad debitam perspirationem mirificè disponit.* Aph. 29.

4°. Est-on monté dans une voiture traînée lentement sur la pelouse , cette gestation procure également à tout le corps une douce agitation qui ne lui

(2) *Navi autem vehi conducit debilibus ; si placido navis feratur motu miram alacritatem , perspiratione auctâ , solet excitare , famem augere , ingestorum digestionem promoverè.* Vanſvieten, Vol. 1 , p. 34.

coûte ni peine ni fatigue ; mais ce qu'il y a de plus particulier à ces trois fortes d'exercices modérés , c'est que le mouvement de l'air , auquel on est exposé pendant leur usage , & son influence salutaire , se déploie d'une manière plus efficace sur les vaisseaux du poumon ; mais aussi cet exercice est souvent en pure perte , lorsque la voiture est fermée. La variété des objets qui offrent sans cesse de nouvelles scènes , égaye l'imagination & porte dans l'ame une satisfaction incomparable.

Tous ces exercices conviennent aux malades , dont les forces sont épuisées par la faiblesse , par l'inaction , le trop long repos , & par la diete , en un mot à ceux qui ne sont point encore en état de s'exercer par eux-mêmes. Ils sont capables de procurer insensiblement la résolution des matieres grossieres & hétérogenes , qui engouent & obstruent les vaisseaux , & dès-lors ils paraissent très-propres pour emporter les restes.

des maladies qui durent depuis long tems , & qui n'ont point cédé aux autres remèdes.

Exercices violens du second genre.

1°. Le mouvement d'un char moins bien suspendu , du traîneau , de la charrette , des voitures publiques , sur-tout s'ils roulent sur un terrain inégal & pierreux , & en poste , demande beaucoup de forces , à raison des secousses plus violentes qu'ils causent à toute la machine ; elles sont quelquefois si fortes , qu'elles seraient capables de réveiller d'un assoupissement léthargique. Aussi cet exercice est-il nuisible aux pierreux , en ce qu'il rend la vessie plus malade , par l'action de la pierre sur ses membranes (1).

(1) Qui curribus & rhedis vehuntur , sæpè magna incommoda currunt , quòd violento motu corpus concutiant , crurum ac reliquorum membrorum juncturas enervent , rùm & renes agitantur , qui si calculo laborent , non mediocriter læduntur. Plempius , ubi suprà.

Si ces exercices sont continués longtemps, ou si l'on voyage, leurs effets sur les fluides & les solides sont plus marqués, à raison du mouvement continuels qu'ils exigent & du fréquent changement d'air auquel on est exposé. Le corps acquiert plus de force, les fonctions reprennent de la vigueur, l'esprit devient plus tranquille, & se défait de toute inquiétude, saisi qu'il est par les charmes des objets nouveaux & variés qui se succèdent sans cesse, & qui excitent l'ame à se replier agréablement sur elle-même.

2°. La navigation semble réunir tous les avantages de la plupart des exercices de la Gymnastique. En effet le mouvement ondulatoire d'un vaisseau & les secousses que l'on y souffre, prêtent à l'action différente de tous les muscles qui se trouvent constamment obligés d'être par toute l'habitude du corps dans un mouvement alternatif, pour conserver toujours l'équilibre.

Etant considérée dans ses circonstances compliquées, & alors qu'elle a le plus grand effet, la navigation mérite d'être rangée au nombre des exercices les plus violens & les plus capables de causer de grandes révolutions : néanmoins, dès qu'on en a fait usage pendant quelque tems, elle devient réellement l'exercice le plus doux & le moins propre à exciter des mouvemens irréguliers ou dangereux dans les fluides. Examinons plus particulièrement ses effets.

La gestation en mer est vive, forte & continuelle; le corps est comme bercé & dans un balancement perpétuel, à cause du changement continu du centre de gravité; ce qui fait que tous les solides sont en action & agissent sur les fluides avec une grande variété & beaucoup d'effet. Par cette différence de mouvement, tous les sucs sont mêlés plus efficacement, ils sont comme broyés; ce qui produit un fluide beaucoup plus

uniforme , un sang beaucoup mieux travaillé.

Les poumons , par leur mouvement non interrompu , & l'agitation qu'ils communiquent au sang , sont les principaux organes de la sanguification , qui est le plus souvent imparfaite dans plusieurs maladies chroniques , mais principalement lorsque cet organe est affecté. Ici l'action variée & constante de tout le système musculaire , ne pourrait-il pas suppléer en quelque chose à l'action affaiblie des poumons ? & cet exercice ne contribuerait il pas plus qu'aucun autre à la sanguification , lorsque l'organe dont nous venons de parler , ne peut exercer librement ses fonctions ?

Ce qui ajoute encore beaucoup à l'exercice que l'on fait en mer , c'est l'action de l'air , qui ayant un mouvement ondulatoire , agit nécessairement comme par voie de percussion.

Or , par ce moyen , il a une efficacité beaucoup plus grande que lorsqu'il n'agit

que par une pression constante & égale. L'air de mer, dit Cœlius, est apéritif, à cause des particules salines qui y sont suspendues ; & il nettoie le corps de ses impuretés ; enfin il produit de tels changemens , qu'il semblerait qu'il le renouvelât (1).

Un autre effet de la navigation dont nous aurions dû peut-être parler avant tous les autres , parce qu'il semble un remede précurseur de celui qui résulte de cet exercice , cet effet est *le mal de mer* , ou *vomissement violent* (2), qui est la suite presque inévitable d'un premier

(1) *Maritimæ vero latenter atque sensim corpus aperiant, & falsæ proprietatis causa, corpus adurant; atque ejus habitum quâdam mutatione reficiunt. Est enim lacerantior, atq. corporis aperitionibus efficac, ob falsitatem, maritimus aer. Cœl. aurel. morb. chron. cap. 1, 3.*

(2) *Commorio quæ in navigatione excitatur, vim habet elleboro levi & albo persimilem. Quin & vomitiones ipsæ in stabili volutatione commotæ, plurimis morbis capitis, oculorum, pectoris medentur, omnibusque propter quæ elleborum bibitur. Oribas. Med. collect. cap. 23.*

embarquement. Sa propriété est de nettoyer les premières voies des mauvaises humeurs, qui, retenues, pourraient vicier le chyle & être comme un foyer continuel, d'où dérivent les impuretés du sang & un dérangement dans les fonctions, jusqu'à ce qu'il soit dompté par quelque moyen que ce soit. En cela, *le mal de mer* correspond, on ne peut mieux, avec l'usage ordinaire où l'on est de nettoyer les premières voies avant d'administrer une suite régulière de remèdes.

Mais cette opération n'est pas le seul bien que procure *le mal de mer*. Le vomissement, en attirant dans les parties une plus grande quantité d'esprits, les échauffe & les fortifie; il donne, par sa continuité, une contractilité permanente à la fibre, qui rétablit le ton de l'estomac & des intestins, &c. &c.

De tels effets produits par la navigation, ne peuvent être indifférens dans la cure de certaines chroniques, sur-tout

lorsqu'elles sont compliquées d'hypocondrie : car la vie que l'on mène en mer est plus capable que toute autre d'agir sur l'esprit & par conséquent sur le corps, puisqu'il y a la plus grande sympathie entre les deux.

En effet sur mer il regne un assemblage de passions qui est singulier, & souvent porté à l'extrême. Souvent l'esprit des Marins se trouve partagé entre la crainte & l'espérance ; & des transitions si subites & si variées doivent exciter les plus grandes révolutions ; elles sont seules capables de guérir des maladies invétérées & incurables (1).

D'un autre côté, l'esprit éloigné des affaires, des soucis, éprouve un repos

(1) *Verùm gestatio per pelagus vehementissima est, & mutationes plurimas & maximas facit. Nimirum cum anima mixtos affectus habeat ex tristitia & spe, timore ac periculo, modò gaudentibus & lætis, modò in agone existentibus navigantibus. Omnia hæc composita sufficientem vim habent omnem veterem morbum exigendi, & à corpore excludendi. Aetius Med. contract. tetrab. 1, serm. 3, cap. 6.*

particulier ; il est d'ailleurs égayé par la variété des objets curieux qui le conduisent dans des pays inconnus ; l'espérance de revoir bientôt sa patrie, réveille la satisfaction du navigateur. Quel contentement n'éprouve-t-il pas, dès qu'il apperçoit le port ! Réfléchissant sur le plaisir qu'il aura de recevoir les caresses de son épouse, de ses enfans, de ses amis, goûtant d'avance la satisfaction qu'il éprouvera en leur racontant ses voyages & ses périls, en les pénétrant d'effroi par l'image d'une tempête & la peinture d'un naufrage, auquel il aura échappé, il est heureux d'avance, il s'extasie à la vue de tous les genres de bonheur qu'il se promet à son arrivée.

§. III.

Exercices du troisieme genre.

Le troisieme genre d'exercices, qui participe des deux précédens, regarde celui qu'on fait étant assis, sans autre

appui : par exemple , sur une corde suspendue & agitée ; ce qui constitue la branloire & le jeu qu'on appelle *escarpolette* ; l'équitation avec différens degrés de mouvement , tels que le pas du cheval , l'amble , le trot , le galop , & autres sortes de moyens qui peuvent avoir du rapport à ceux-là , dans lesquels on est en action de différentes parties du corps , pour se tenir ferme , pour se garantir des chûtes , pour exciter à marcher , pour arrêter ou refréner l'animal sur lequel on est monté.

Ces sortes d'exercices donnent lieu en même tems aux mouvemens de la tête , des bras , des jambes & du tronc , & on est exposé , en les prenant aux ébranlemens , aux secousses dans les entrailles sur-tout , aux agitations plus ou moins fortes de la machine ou de l'animal sur lesquels on est porté , d'où résulte un double effet , dont l'un est réellement actif & l'autre passif.

1°. L'exercice que l'on prend sur une

balançoire , dans l'escarpolette & même dans une calèche , approche beaucoup de celui de la navigation , parce que le corps s'y trouvant exposé à une grande variété d'attitudes , les muscles sont constamment obligés d'être par toute l'habitude du corps dans un mouvement alternatif , pour conserver toujours l'équilibre. Ces mouvemens subits & quelquefois inattendus , peuvent être d'une grande influence dans la pratique ; c'est au Praticien éclairé à en déterminer l'application. Examinons plus particulièrement les effets de l'exercice à cheval , car il a une grande prérogative sur tous les autres de ce genre.

2°. L'équitation , lorsqu'elle est très-moderée , c'est-à-dire , faite au pas de cheval ou à l'amble , cause des secousses égales & douces , & dès-lors très-favorables à toutes les parties du corps , particulièrement aux viscères de la poitrine & du bas-ventre qu'elle applique sans effort les uns contre les autres.

Cependant Sanctorius a remarqué que les effets salutaires de cet exercice appartiennent plus aux parties supérieures qu'à celles qui sont au-dessous des reins ; & il prétend que de toutes les manières d'aller à cheval , la meilleure est d'aller au pas , ensuite le trot ; & que la plus nuisible est le galop , en ce qu'il ébranle trop les parties solides du corps , & sur-tout les reins (1).

Par les secousses réitérées que l'équitation modérée imprime sur les solides , elle occasionne dans le système vasculaire une action & une réaction sur les parois des vaisseaux , qui augmentent le mouvement des liqueurs qu'ils contiennent , & procure une circulation plus libre-jusques dans les plus petits vaisseaux ; le sang & la lymphe se trouvent plus atténués , mieux préparés , &

(2) *Equitatio respicit magis perspirabile partium corporis suprâ lumbos , quàm infrâ. Inter autem equitationes , totutans saluberrima ; sicut succussans insaluberrima. Sanctor. aph. 27.*

acquierent dès-lors une plus grande perfection. Cet exercice modéré facilite sur-tout la circulation dans les parties glanduleuses de tout le corps , où l'on fait qu'elle ne se fait que lentement , à cause des circonvolutions des vaisseaux & du défaut de leur ressort. La lymphe d'ailleurs qui s'y prépare , est d'une nature visqueuse & très-disposée à s'épaissir & à produire des engorgemens dans ces parties.

L'équitation modérée développe encore , en accélérant l'action des solides & le mouvement des liquides , & augmente par conséquent le degré de la chaleur du corps ; ce qui fait que toutes les fonctions se font avec plus de facilité. L'action que cet exercice opere sur le bas-ventre & sur le diaphragme , facilite l'entrée du chyle dans les veines lactées , & conséquemment la nutrition , la transpiration , les digestions , la sortie des excréments & la sécrétion de tous les viscères.

Mais un des principaux effets qui en résultent, c'est que la circulation devient plus facile dans les ramifications de la veine - porte, dans le mésentère, les intestins, &c. &c. Aussi cet exercice paraît-il être spécialement adapté aux hypocondriaques; car il est vraisemblable que chez ces fortes de sujets, il y a quelque défaut dans les fonctions du foie, & sur-tout dans les intestins; & cela est même évident par la consistance, l'odeur & les autres qualités de leurs humeurs, bien différentes de celles qu'ils avaient dans l'état de santé.

Ce défaut peut être corrigé par l'usage de l'exercice du cheval qui, en agissant sur ses parties, comme un topique, doit naturellement, par des secousses multipliées, y exciter une chaleur plus grande qu'à l'ordinaire, mieux faire le mélange des humeurs, & faciliter davantage leur excrétion. Il n'y a rien, dit Celse, qui raffermisse davantage les intestins que l'exercice du cheval, & c'est par

cette raison , qu'il est utile dans la diarrhée (1).

L'équitation a encore d'autres propriétés , c'est de répandre une fraîcheur sur le visage des personnes mêmes les plus infirmes & les plus faibles. Cette fraîcheur dure quelque tems , & s'annonce dès la première fois que l'on monte à cheval. Cet exercice étend ses effets sur la poitrine ; il donne occasion aux différens changemens d'air qu'on rencontre à la campagne , tantôt dans la plaine , tantôt sur les collines , tantôt sur le bord des rivières ; changemens qui agacent doucement les houpes nerveuses & contractent les fibres ; de sorte que ce fluide pénètre avec plus de force dans la poitrine & excite l'expectoration. D'un autre côté , les différens objets qui se présentent , sont comme autant de

(1) *In hoc affectu corporis. . . . vehiculo sedisse vel magis etiam equo prodest , neque enim ulla res magis intestina confirmat*, Cels, lib. 4 , cap. 1 , s. 6,

nouvelles scènes , qui amusent infiniment l'esprit.

Ce fond de gaieté , que l'équitation inspire à un malade , est une diversion vraiment desirable , & dont le Praticien peut tirer un grand parti : car plus la crainte & le chagrin sont capables d'aggraver une maladie , & même de l'occasionner , plus on doit saisir avidement un moyen agréable de la guérir ou de la prévenir : or l'exercice du cheval en est un qui peut inspirer la plus grande confiance , soit au malade , soit au Médecin , & dès-lors opérer les meilleurs effets.

Ils sont merveilleux ces effets , dans tous les cas où l'équitation est faite à propos ; ils sont presque incroyables , sur-tout dans la cure des maladies chroniques qui affectent la poitrine & le bas-ventre. Aussi cet exercice est-il infiniment plus agréable & plus salutaire pour un malade que celui du carrosse , si toutefois ses forces le permettent.

Plempius (1), Sydenham , Fuller ,
Vansvieten s'accordent tous à lui donner
la préférence.

Mais si l'équitation est poussée à un
degré trop violent, comme de trotter
ou de galoper fortement , c'est de tous
les exercices violens le plus dangereux
pour les malades sur - tout , parce
qu'alors les fluides & les solides éprou-
vent un bouleversement considérable ,
& que les viscères trop agités peuvent
se déplacer de leur situation naturelle ,
& produire des hernies. De ces effets
de l'équitation trop forte & trop vio-
lente , suivent des courbatures , des
douleurs aux articulations (2), des cra-
chemens ou des pissemens de sang, des
hémorroïdes , &c. &c.

(1) *Per rhedas ita pedibus cruribusque obrigescunt
ut non amplius incedere valeant. . . . Equitatio commodior
est , modò non sit equus sternax , cespicator aut succus-
sor.* Plempius , *ibid.* quo *suprà*.

(2) *Equitare ei cui articuli dolent , inimicissimum
omnium est.* Cels. lib. 4 , cap. 1.

Si quelqu'un s'étonnait de ces suites funestes, qu'il réfléchisse un moment aux forces qu'il faut employer pour se tenir ferme sur un cheval qui court, ou qui trotte vivement, (ce qui demande nécessairement l'action tonique de presque tout le corps, & la contraction violente des muscles), alors il sera moins surpris de la fréquence des accidens dont nous venons de parler, chez ceux qui courent la poste, qu'il ne le fera de leur petit nombre, & pour ainsi dire de leur rareté. A plus forte raison s'en suivrait-il des désordres sensibles sur les viscères renfermés dans la poitrine & le bas-ventre, si ces parties étaient déjà affectées. Qui ne conçoit en effet que le poumon étant tuberculeux, ou en partie squirrheux, ou ayant récemment contracté des adhérences à la suite d'une inflammation, les violentes secousses qu'il éprouverait par le galop ou le trot dur d'un cheval, pourraient donner lieu à des divulsions dangereuses, à des ruptures de vaisseaux,

à des hémophtisies , & hâter la fin des malades , qui , par erreur , se feraient persuadés que l'équitation pouvait leur être salutaire ? Elle l'est réellement dans la cure de ces mêmes maladies , comme nous le prouverons plus amplement ailleurs ; mais c'est lorsqu'elle est très-modérée & faite à propos.

Cette observation , & toutes celles que nous avons laissé échapper jusqu'ici , comme en passant , nous imposent enfin la nécessité d'établir des précautions générales pour assurer le succès des trois genres d'exercices. Ces regles gymnastiques feront l'objet du Chapitre suivant.



CHAPITRE V.

Regles gymnastiques.

Quis, quid, ubi, quibus auxiliis, cur, quomodo, quando?

LES trois genres d'exercices adoptés par la Médecine pour la cure de différentes maladies, sont d'une efficacité si grande, qu'ils deviennent quelquefois par eux-mêmes un moyen plus ou moins sûr de guérison. Cependant lorsqu'on parcourt certains Auteurs, qui ont écrit sur la Gymnastique Médicinale, on est étonné de voir que les uns ont préconisé certains exercices comme des moyens salutaires dans telles ou telles maladies; que les autres, au contraire, les ont formellement désapprouvés comme nuisibles. L'équitation, par exemple, que Sydenham, Vansvieten, Fuller ont regardée

regardée comme un spécifique contre les embarras des viscères du bas-ventre, est rejetée par Jonsthon, Jérôme Mercurial, &c. Et les sentimens sont aussi très-partagés sur les bons ou mauvais effets de la vocifération. Cette différence dans les avis prévient l'homme vraiment instruit, qu'il n'y a point de remède bon ou mauvais absolument, & que son succès dépend entièrement d'une juste application. Traçons à cet égard quelques regles de conduite.

La nature de la maladie étant assez connue pour savoir si le mouvement est nécessaire, il convient alors,

1°. De faire choix des exercices qui paraissent plus propres à remplir les indications curatives ;

2°. De régler le tems auquel il convient de s'exercer ;

3°. De proportionner la mesure & la durée de l'exercice à l'âge du malade, au sexe, au tempérament, à la saison, &c.

4°. De prendre des précautions particulières, après l'exercice fini. Détaillons chacune de ces règles dans un paragraphe particulier.

§. I^{er}.

PREMIERE REGLE GYMNASTIQUE.

Le choix des Exercices.

Ce que nous avons dit des effets du mouvement en général , relativement au tems, au lieu, au degré & à la durée, doit être appliqué à tous les exercices des trois genres. Cette application une fois faite , l'on sentira aisément la différence de leurs effets , relativement à la nature de l'exercice , qui exigera des efforts plus ou moins violens ; & c'est ce qui en déterminera le choix.

Parmi les exercices du premier genre, il en est de deux especes : les uns violens , qui mettent dans un instant tout le corps dans la plus grande agitation ;

les autres plus modérés, qui n'exigent qu'un léger mouvement musculaire quelquefois général, d'autres fois locomouvant. Par exemple, il est démontré que le jeu de billard, du palet, la promenade, & tous les autres qui n'exercent que modérément le corps, ne produiront pas les mêmes secousses aux viscères & à l'action musculaire; qu'ils n'exciteront pas la même transpiration, (leur durée étant égale), que les jeux du volant & de la paume, que l'exercice de l'escrime, de la danse & de la chasse. L'on en sent assez les raisons, d'après l'exposition de leurs effets. Parmi ceux qui ne mettent en action que les extrémités, il est encore aisé de distinguer les modérés des violens, & il en est de même à l'égard des différens exercices de la voix. Ne nous répétons pas.

D'après ces réflexions générales, nous croyons pouvoir décider sans crainte, que les exercices du premier genre ne conviennent pas aux corps languissans,

cacochimes & mal constitués , à ceux qui ont perdu leurs forces par le long séjour du lit ou par quelque maladie longue & considérable , & qu'ils ne peuvent être utiles qu'aux malades qui ont assez de forces pour en supporter l'action , & long - tems même après la cessation des accidens.

Quand il est nécessaire de mettre en mouvement toute la machine par le moyen des exercices , il faut faire choix de ceux qui remplissent mieux cette intention. Il est des gens qui s'en tiennent à un seul exercice , qui favorise seulement quelques parties du corps & laisse les autres dans l'inaction. Il est important de faire toujours choix de l'exercice qui fait agir précisément les parties où le mouvement est indiqué : c'est de cette application bien faite que dépend le succès.

Les exercices du second & troisième genre ne convenant absolument qu'aux malades qui ne peuvent point

s'exercer par eux-mêmes, il est clair que la gestation la plus douce, telle que la litière, la chaise à porteurs & le bateau, ainsi que le pas du cheval, doivent être préférés jusqu'à ce que les malades aient un peu recouvré de leurs forces. Que l'on monte alors dans une voiture, mais que l'on n'aille que lentement, d'abord en rase-campagne & sur la pelouse, jusqu'à ce que les forces permettent de supporter sur un terrain inégal & pierreux, les violentes secousses d'un char moins bien suspendu, ou d'un cheval qui marche au trot. Ces exercices passifs ont-ils produit l'effet qu'on en attendait? Est-il nécessaire, pour achever la guérison, de continuer & d'augmenter le mouvement de toute l'action musculaire ou d'une faculté loco-mouvante? C'est alors qu'il faut recourir aux exercices actifs, après en avoir déterminé le choix.

En général, dans tous les cas où l'on se propose de faire de l'exercice pour

le rétablissement de la santé, l'on doit choisir, autant qu'il est possible, le moyen qui plaît davantage, qui récrée l'esprit en même tems qu'il met le corps en action, parce que, comme dit Platon : « La liaison générale qui est entre » l'ame & le corps, ne permet pas que » le corps puisse être exercé sans l'esprit, » & l'esprit sans le corps ».

§. II.

SECONDE REGLE GYMNASTIQUE.

Le choix du tems.

Le mouvement étant indiqué pour la cure d'une maladie, il vaut mieux s'y livrer après la cessation des douleurs que pendant qu'on les éprouve encore; il vaut mieux le prendre quand le tems des premiers accidens est passé, lorsqu'il y a diminution dans la suppuration, & lorsque les crises sont passées.

Il est de regle-pratique qu'on ne doit

jamais agiter un corps qui souffre , soit que l'on ressent de la douleur par-tout , soit qu'on n'en ressent que dans quelque partie ; il est peu de cas exceptés. On ne doit point le faire non plus dans le redoublement de la fièvre , mais toujours dans la rémission.

L'expérience a prouvé encore qu'il convenait mieux de prendre du mouvement avant de manger qu'après : ou en sent bien les raisons. Cependant il y a des tempéramens , & sur-tout les bilieux , qui ne peuvent supporter un exercice violent , notamment celui du cheval , lorsque leur estomac est entièrement vuide. Ceux-là doivent alors prendre un bouillon , ou quelque autre nourriture légère , avant que de monter à cheval. Nous remarquerons encore qu'on ne doit pas manger , ni s'appliquer d'abord après l'exercice (1), parce

(1) *Ne statim post exercitationem cibus assumatur sed modica interjiciatur mora , quò usque fervor remittatur & agitatio corporis jam sedata appareat.* Mercurial

qu'alors on a besoin de repos, & que l'action de l'ame n'est point un repos pour le corps fatigué.

§. III.

TROISIEME REGLE GYMNASTIQUE.

La mesure & la durée de l'exercice proportionnées à l'âge, au sexe, au tempérament du malade, & à la saison où il est exercé.

La regle générale qu'il faut suivre pour la mesure & la durée de l'exercice, c'est de l'interrompre, non tout-à-coup, mais peu-à-peu, & par degrés, lorsqu'on voit que les vaisseaux commencent à se gonfler, que la respiration devient moins libre, que la rougeur du visage aug-

de arte gymnasticâ. *Post satietatem nihil agendum. Si quis interdium se implevit, post cibum neque frigori, neque aestui, neque labori se debet committere: neque enim tam facile hæc inani corpore quàm replete nocent.*
Cels. lib. 1, Cap. 1, sect. 2.

mente, que la peau est suante, & que l'on sent une lassitude, sans être accompagnée de fatigue (1); cependant la difficulté de respirer & la sueur ne sont pas toujours des signes certains que la mesure de l'exercice est suffisante, parce qu'il y a certains exercices violens qui peuvent produire ces deux effets, avant que d'avoir satisfait au besoin entier qu'on peut en avoir: la sueur d'ailleurs est quelquefois plus prompte ou plus tardive chez les uns que chez les autres. Il en est de même pour la gêne de la respiration; elle ne doit pas toujours être l'indice du terme du mouvement, parce qu'elle peut dépendre de la complexion plus ou moins forte du sujet, & de la nature de la maladie.

Au reste l'espece & la durée de l'exer-

(1) *Moderata exercitatio est quæ fit usque ad sudorem, aut certè lassitudinem citrà fatigationem: est enim inter eas discrimen, quòd lassitudo sit corporis gravitas; fatigatio autem sit immoderatio laboris; illa spiritum non nihil exsolvit, hæc plus satis corpus incalfacit & exsiccat, Plempius, &c.*

cice doivent varier à raison des indications curatives : car lorsqu'on a celles d'un exercice forcé pour la guérison de certaines maladies chirurgicales , les signes indiqués plus haut ne peuvent pas toujours servir d'indice pour le degré & la durée du mouvement qui doit être alors proportionné à mille circonstances sur lesquelles on ne saurait donner des regles précises ; c'est sur quoi on doit se consulter soi-même. Souvenons-nous qu'à quelques exercices qu'on se livre, ils doivent toujours être assaisonnés de cette sage modération qui peut seule procurer les merveilleux avantages que nous en attendons. C'est à la sagesse de ceux qui les consultent & de ceux qui s'y livrent, à les restreindre ou à les étendre. Ne perdons pas de vue sur-tout que le choix , le degré & la durée de l'exercice doivent être proportionnés, comme nous l'avons dit, à l'âge, au sexe, au tempérament du malade, & à la saison où il est exercé.

1°. Quant à l'âge , un jeune homme & un vieillard supportent plus facilement telle espece d'exercice actif , qu'un homme dans l'âge de maturité , qui n'est point accoutumé au mouvement & au travail. Cependant les jeunes gens & les vieillards doivent s'exercer moins violemment & moins long tems , que les hommes faits. La raison en est que tous ceux qui prennent , avant le tems , des exercices qui ne sont pas faits pour leur âge , vieillissent & tombent dans une rigidité prématurée.

Les Soldats , par exemple , qui se fatiguent beaucoup plus que leurs Officiers , sont hors d'état de servir avant ceux-ci , qui , soulagés dans leurs travaux par l'aisance & la richesse , conservent très long tems une vieillesse active & exercée , utile à l'Etat & agréable à eux-mêmes.

Il y a pourtant une maxime à observer pour les vieillards , c'est qu'ils doivent toujours , dans certains cas , & lorsque

l'espece de mouvement indiqué est indifférent pour la cure de la maladie , continuer les exercices auxquels ils sont accoutumés ; par cela même que l'habitude les leur a rendus plus faciles , ils ne peuvent que leur être plus agréables : au moins est-il certain qu'ils s'exposeraient, si, tout d'un coup ils voulaient substituer un genre nouveau d'exercice à celui auxquels ils étaient accoutumés. J'ai vu des gens qui retrouvaient facilement leurs forces par la promenade , & qui étaient incommodés par la chaise à porteurs & par la voiture ; d'autres que la voiture foulageait beaucoup , mais qui ne pouvaient pas supporter la promenade la plus modérée.

Au reste les exercices des vieillards doivent être doux & modérés, ils ne doivent ni fatiguer leurs solides , ni fouetter trop leur sang ; les promenades à pied , les jeux , les exercices modérés , les plaisirs de la campagne , par exemple , & sur-tout ceux de l'agri-

culture (1), qui environnent leurs corps des parties subtiles des plantes, & qui leur font respirer un air pur & salulaire. Tous ces exercices & ces jeux leur conviennent beaucoup, ainsi qu'aux adultes, dans un tems de convalescence.

2°. Le sexe; le corps des femmes est naturellement plus fluët, plus mince & plus délicat que celui des hommes. Cette loi est assez générale dans toutes les femelles des animaux, comparées aux mâles : cependant il n'y a que la femme qui ait cru avoir des droits à l'oïfiveté :

(1) Nous entendons par les travaux de l'agriculture, non pas ceux auxquels sont condamnés les malheureux qui sont courbés sous le poids des fardeaux, & qui supportent tout le faix du jour, mais ceux que nous présente le Laboureur dépeint par Virgile, donnant des ordres au milieu de la campagne & faisant devant lui couper ses moissons ou fouler sa vandange ; tantôt voyant traire ses vaches, tantôt occupé à compter ses génisses. Cette belle simplicité de la vie champêtre, éloignée des remords & des chagrins, méritait bien d'être chanté par les Poëtes ; & s'il est impossible de la retrouver aujourd'hui, leurs vers du moins sont d'aimables leçons qui nous apprennent à la regretter.

leur texture établit la nécessité des exercices doux & modérés. Qui est-ce qui n'a pas remarqué que ces femmes les plus oisives de corps & d'esprit, tombent souvent en convulsion à la moindre cause extérieure, à une promenade un peu longue; parce que, quoique faible, l'impression de cette cause est trop forte pour elles? Elles sont à-peu-près comme les convalescens, dont les fibres sont dans un état d'atonie bien marqué: au moindre mouvement extraordinaire, ils tressaillissent jusqu'à la convulsion, ce n'est pas que la tension produise aucun danger de rupture dans les fibres; mais quelque faible qu'elle soit, elle est trop forte pour des fibres déshabituées du sentiment, & dont l'état naturel est d'être relâchées. C'est pour cela que les exercices actifs les plus modérés, & encore mieux les passifs, conviennent davantage aux femmes malades. Il faut remarquer qu'il y a cependant certains exercices qui conviennent plutôt aux

femmes lorsqu'elles sont nourrices, (c'est ce que nous indiquerons plus loin, quand l'occasion s'en présentera) ; il en est d'autres qu'elles doivent éviter, ou préférer pendant la grossesse.

Il y a des femmes qui n'ont point considéré l'équitation comme un exercice au-dessus de leurs forces & de leur caractère, on le leur a conseillé quelquefois avec succès pour hâter le retour des regles ; mais je ne voudrais pas qu'elles se tinssent à cheval comme les hommes, cela est trop froissant ; il vaudrait mieux qu'elles y fussent assises, les deux jambes d'un même côté, & les deux pieds appuyés sur un large étrier.

En vain observerons-nous ici que le plus grand nombre des femmes qui habitent les villes, s'exercent trop peu, ou ne font qu'un exercice épuisant. Beaucoup d'autres les ont averties avant nous que rien ne détruit plus leur tempérament & leur constitution que la mollesse & l'indolence où elles vivent.

Les femmes sont idolâtres de leurs appas ; & livrées à leurs caprices , elles sont presque toujours sourdes sur l'article de leur santé. Au reste les regles de proportion que nous traçons pour les hommes , peuvent presque toutes être adaptées aux femmes , *servatis servandis*.

3°. Le tempérament ; tous les hommes ont chacun leur tempérament , & c'est d'après la connaissance qu'ils nous en donnent eux-mêmes , & les observations que nous y pouvons ajouter , que nous devons diriger nos moyens curatifs & la prescription des exercices ou plus forts ou plus modérés que nous leur conseillons , ayant cependant toujours égard aux indications curatives qui nous sont présentées.

Par exemple , avons-nous à faire à un tempérament sanguin , dont les vaisseaux sont très souples par leur extrême délicatesse , qui fait qu'ils se relâchent aisément ?

Dans ce cas, on a à craindre la plé-

thore & ses suites. C'est ici que l'exercice modéré & suivi, selon les règles de la raison, que des frictions générales de tout le corps, qui donnent aux fluides du mouvement, aux solides de la force, & qui augmentent la transpiration, sont des secours auxquels on ne peut reprocher aucun danger. Un exercice excessif occasionnerait promptement l'inflammation, la fièvre, &c.

Les fibres sont-elles souples? Elles doivent se fortifier alors par la fatigue; il faut que les gens dont les solides portent ce caractère, se souviennent du mot de Celse : *labor siccat*.

La constitution bilieuse suppose plus d'activité que dans les tempéramens sanguins; aussi celle qui est de cette nature, ne craint que les maladies inflammatoires; tout y porte chez elle : solides, humeurs, tout y est disposé. La densité inflammatoire qui est son apanage, en impose donc assez sur le danger des exercices violens, & sur leur longue durée?

Dans les tempéramens pituiteux & mélancoliques , où les liqueurs circulent difficilement & lentement , forcez sans crainte l'exercice , il n'y a pas de constitution dans laquelle on doive lui donner plus de vigueur ; & choisissez de préférence celui qui anime & secoue davantage la machine & qui donne plus d'activité aux liqueurs. L'augmentation de mouvement , de frottement & de chaleur qui en résultent , sont de grands instrumens de coction capables d'atténuer & de fondre les glaires qui incommodent un pituiteux , les viscosités qui obstruent les viscères , & pour fortifier les muscles qui languissent. Mais c'est son tempérament d'être paresseux : il fuit le travail qui lui est contraire , dit-il , parce qu'il le fatigue ; il dort pour digérer ; il s'enfonce dans la mollesse pour engourdir ses douleurs ; il s'abandonne enfin , pour parler avec le vulgaire , à son tempérament , souvent formé par l'art plutôt que par la nature : c'est un

enfant de l'opulence & de l'oïfiveté. Cherchez des phlegmatiques décidés parmi les Laboureurs & les Soldats, vous n'en trouverez pas un feul. L'exercice gradué donne des vertus aux tempéramens qui en paraiffent le moins fufceptibles.

Les mélancoliques reffemblent beaucoup aux phlegmatiques, leur constitution eft feche & froide; ils ont auffi befoin de mouvement, mais celui qui fecoue les vifceres leur eft préférable.

4°. Quant à la faifon, l'exercice dans les grandes chaleurs doit être fort modéré; il faut même avoir un foin tout particulier de n'en faire aucun dans le tems de la journée où la chaleur eft la plus violente. Ce repos du midi eft exactement obfervé par les ouvriers qui travaillent en plein air; ils s'abandonnent à la fenfation du relâchement que produit la chaleur, parce qu'ils ne peuvent vaquer à aucun exercice qui exige beaucoup de force. Les animaux fem-

blent fuivre en cela l'esprit de la nature : car jamais les forêts & les bois ne sont plus tranquilles qu'à l'heure du midi , à cause de la grande chaleur. Les animaux terrestres sont au gîte, les oiseaux ne font point entendre leur ramage : le silence de cette époque du jour est presque comparable au silence de la nuit.

Quoique nous ayons dit que l'exercice donne de la force aux fibres , néanmoins il fait une trop grande dépense d'humeurs pendant l'action vive du soleil ; & le choix étant permis , l'exercice passif ou mixte doit être préféré à l'exercice actif ; mais ces sortes de choix n'appartiennent qu'à la moindre partie des hommes. Ainsi lorsqu'on est obligé d'avoir recours aux exercices actifs pour remplir les indications curatives , il faut choisir le moment du jour où il fait moins chaud pour s'y livrer.

Pendant l'hiver , au contraire , l'exer-

cice doit être presque outré, s'il est permis d'outrer jamais rien. Il doit toujours tendre à vaincre l'inaction que le froid humide donne à nos fibres. Il faut le faire à pied, autant que la saison le permet. Des frictions longues & répétées peuvent en tenir lieu, & l'on peut même les joindre à l'exercice, comme le faisaient les Anciens. Cela regarde plus particulièrement ceux qui relevent de maladie : car on fait que les convalescences sont plus longues & plus difficiles en hiver qu'en été ; mais on doit avoir la plus grande attention à ne pas prendre d'exercice après le repas. Rien ne nuit plus à l'assimilation que de s'exposer au froid pendant la coction.

§. IV.

QUATRIEME REGLE GYMNASIQUE.

L'exercice fini.

Après l'exercice fini, l'on ne peut sans danger passer tout d'un coup d'un

travail immodéré au repos (1) , ni d'un trop long repos au travail. Il faut se disposer peu-à-peu au changement. Ne fait-on pas qu'une personne qui est fatiguée d'un exercice auquel elle n'est point accoutumée , se délasse , en reprenant le genre d'exercice auquel elle est faite ? *Levat quoque lassitudinem etiam laboris mutatio* , dit Celse , l. 1 ; & contre cette lassitude , quand elle est extrême , quel remède y a-t-il ? Le lit dans lequel vous couchez tous les jours , dit encore Celse , *fatigato quotidianum cubile eutissimum est , insolitum contra*.

Si la fièvre a résulté de l'exercice que l'on a pris , il est important , avant de changer de linge , de se faire essuyer & frotter modérément le corps , avec des linges secs & un peu chauds : *hunc reficit*

(1) L'on dit ordinairement que la pleurésie vient pour s'être trop exercé ; l'expérience montre au contraire que c'est moins à l'exercice , qu'au repos subit après l'exercice , qu'est due cette maladie.

*in ipso quoque itinere frequens unctio ; post
iter primum sedile , deindè unctio (1).*

Les Jokeys Anglais ont bien soin de prendre ces précautions pour conserver les chevaux qu'ils viennent de faire courir ; l'expérience leur ayant appris que , sans ces précautions , les plus vigoureux & les plus agiles tombent dans un état de langueur & perdent leur force & leur légèreté. Aussi-tôt que la course est finie , ils leur donnent du vin , les frottent ensuite avec des bouchons de paille ; après quoi ils les font marcher un instant , & les frottent de nouveau. Prend - on autant de soins du palfrenier qui a monté le courfier ?

Il ne serait peut - être pas hors de propos de traiter ici ce qui concerne les frictions ; mais comme cela inter-

(1) Par ce moyen non seulement on nettoie le corps , en absorbant l'humidité qui le mouille ; mais on fait sortir encore des pores de la peau des restes de sueur qui y ont été portés , & par-là on diminue la lassitude.

romprait l'ordre que nous avons annoncé, il nous a paru plus convenable d'en faire un petit traité particulier, rejeté à la fin de l'ouvrage. Passons à ce qui regarde le repos.



CHAPITRE VI.

Du Repos.

LE repos du corps est la cessation du mouvement que l'on a fait en se livrant à l'exercice ou au travail : c'est l'état opposé à celui de l'action qu'opere ce mouvement. Il y a deux sortes de repos, l'un du corps en entier ou de quelqu'une de ses parties seulement ; l'autre, celui des sens externes ou de l'esprit.

Le repos du corps est celui que l'on prend lorsqu'on est couché, & que les puissances qui le mettaient en action sont relâchées, & n'agissent plus. Le repos de l'esprit est celui où les sens externes ne sont pas troublés de la part des choses extérieures : c'est l'état du plus parfait repos du corps, c'est-à-dire, celui où il n'y a d'autre action

que celle qui vient des mouvemens libres, doux , aîsés des fonctions vitales.

Sous ce point de vue , examinons les effets du repos, ses avantages, ses inconvéniens, & les précautions nécessaires pour en assurer le succès dans la cure des maladies en général.

§. I.

Des effets du Repos.

Pendant le repos , les fibres motrices ont une sorte de relâchement, ou du moins leur tension diminue; elles sont dans un état de tranquillité , pendant lequel tous les muscles antagonistes sont en équilibre, & où l'action étant égale de part & d'autre , aucun d'eux ne l'emporte, du moins de très-peu , sur le muscle qui lui correspond. Les liquides que le mouvement tenait divisés , se ralentissent dans leur circulation : aussi le mouvement du fluide artériel est-il plus tranquille & mieux ordonné, l'action

constante & uniforme du cœur & des muscles de la poitrine, (les seuls moteurs), lui communique une impression beaucoup plus douce & plus égale que pendant le mouvement, où la seule contraction des muscles qu'exigent les différens exercices du corps, donne à ce fluide plus ou moins d'impétuosité. C'est pourquoi nous avons considéré ailleurs le tems des exercices, comme un tems de dépense qui met en contribution toute la machine; car un corps toujours agité ressemble à une liqueur qui est sur le feu, elle se tarit, & ses esprits s'évaporent. Ici nous envisageons le repos comme un tems de restauration, pendant lequel le corps fatigué se délasse, & les forces se réparent (1). Nous en pouvons dire autant du liquide nerveux & de toutes les autres parties soit solides, soit fluides. En effet un cours

(1) *Quod caret alternâ requie durabile non est, hæc reparat vires, fessaque membra levat.* Ov. her. ep. V.

du sang plus uniforme & mieux ordonné, est bien plus propre à la nutrition & à l'accroissement qui se fait par apposition des parties aux vaisseaux, qu'un mouvement impétueux & interrompu.

Or ces parties ne pouvant se réparer que par l'absence de la tension & par le repos, il paraît que le dessein de la nature, pendant ce tems, est de rendre la force & le ton aux parties qui ont éprouvé une certaine distraction par le mouvement. Voilà pourquoi, lorsqu'après des exercices violens, nous commençons à goûter les douceurs du repos, nous choisissons naturellement la situation la plus convenable à des membres fatigués, celle qui s'adapte le mieux aux intentions de la nature. Telles sont celles que nous devons scrupuleusement observer dans la cure des maladies aiguës où il faut modérer le cours des fluides & procurer leur épaisissement, diminuer la grande chaleur naturelle, & quelquefois fébrile; où il faut

faire cesser les douleurs & les tiraillemens causés par le gonflement des vaisseaux , & prévenir les désordres que l'action musculaire pourrait déterminer, &c.

Le repos du corps ne favoriserait pas assez de tels effets, si l'esprit était troublé de la part des choses extérieures, comme par le bruit, le tumulte, le souci, &c. (1). Il en est des malades comme des gens de Lettres & des savans : lorsque ceux-ci veulent étudier & méditer, ils recherchent avec soin cette tranquillité, ce silence & cette paix qui favorisent l'examen des pensées. Descartes composait un grand nombre de ses Méditations dans le lit. Nous devons également adopter cette méthode pour certains malades, sur lesquels le moindre bruit serait capable d'augmenter la fièvre, d'amener le délire, d'empêcher

(2) *Cura ac meditatio hominibus pro animi exercitatione est.* Hip. de morb. vulg. lib. 6. f. 5. aph. 10.

le plus parfait repos , d'éloigner le sommeil.

Il est incontestable combien le repos du corps , tant qu'il est modéré , peut produire d'effets salutaires auxquels on ne saurait suppléer par aucun autre moyen. Mais le repos qui est de trop longue durée , est très-souvent susceptible d'inconvéniens fâcheux : en favorisant la condensation des sucs , il la transforme en épaissemens marqués dans quelques-unes de nos humeurs ; il relâche trop le ressort des viscères , il affaiblit considérablement l'action des fibres ; il plonge dans la stupeur & l'engourdissement toutes les facultés du corps ; & la nature livrée à elle-même , supporte alors le fardeau de toutes ses fonctions : d'où s'ensuivent des concrétions , des épaissemens , des lenteurs dans le cours des liquides , des engorgemens dans le tissu cellulaire , des bouffissures , des amas d'eau , & d'autres embarras dans les viscères ; enfin l'affai-

blissement de tous les sens , l'inertie des mouvemens , la prostration des forces , l'insensibilité , la suspension des sécrétions & des excrétions , les mauvaises digestions , le défaut de dépuracion , de nutrition , & en dernier ressort , l'extinction de la force vitale.

Les progrès de ces accidens sont bien plus rapides dans un malade. C'est une observation de Sanctorius , dont il donne tout à la fois la raison & la preuve : *Quies longa efficit corpora ægotantia ponderosiora , tum quia præspirabilia excrementa motu ad excretionem præparantur ; tum quia quiete cibi & potus , si insoliti sint , vel debito copiosiores , ut in ægris accidit , non digeruntur. Et indè omnia mala , & sæpissimè mortes eveniunt.*

Faudrait-il des exemples pour prouver que l'abus du repos est beaucoup plus dangereux que celui du mouvement ? Nous en avons sans cesse sous les yeux : voyez ces malades qui ont été forcés de garder long-tems le lit.

Ils n'en sortent ordinairement qu'avec quelques membres perclus ou enkilofés; ou il s'est développé chez eux un principe scorbutique, ou leur convalescence est une nouvelle maladie. Il y a mille autres inconvéniens du repos trop prolongé, que nous aurons occasion de faire connaître.

Mais sans aller dans les hôpitaux pour les faire appercevoir, examinons les hommes qui ne sont pas réellement malades, mais qui passent leur vie dans l'inaction, l'indolence & la mollesse. Un embonpoint excessif, un teint livide & plombé, des digestions lentes, des hémorroïdes, des jambes enflées, &c. voilà les fruits de leur nonchalance & de leur oisiveté. Le cheval le plus robuste, qu'on laisse trop long tems oisif dans l'écurie, perd sa force & sa vivacité (1). Si le repos trop long produit

(1) *Validis cursibus quotidie assuetus equus quiescat in stabulis; opima brevi pinguedine turget, sed simul longè debilior fiet, solitis laboribus impar omnino.* Vansvieten, T. I, p. 24.

un effet aussi funeste sur les fibres dures & élastiques de cet animal, combien n'en doit-il pas produire de plus sensibles sur les fibres de l'homme, qui sont plus faibles, & sur celles des femmes encore plus délicates ! La Morale, dit un Philosophe moderne, fait de l'oïveté la mere de tous les vices ; la Religion la présente comme un péché capital ; la Médecine la considère comme la source de tous les maux.

Le repos trop long entraîne donc après lui des inconvéniens aussi préjudiciables à l'entretien de la santé, que nuisibles à la guérison des maladies ; il les entraîne par la raison que les organes & les fonctions cessant d'agir, il ne s'y fait pas d'atténuation & de filtration de la part des humeurs, & que leur fluidité est au-dessous du degré requis, par la faiblesse & l'inaction de l'agent qui doit l'entretenir. De là tous les désordres qui se manifestent dans l'économie animale. En un mot, le repos trop pro-

longé est un excès, & tout excès est ennemi de la nature, dit Hipocrate. *Omne nimium naturæ inimicum.*

Hâtons-nous donc de poser des bornes au repos, comme nous en avons prescrit au mouvement. C'est une loi que nous nous sommes faite, & une nécessité que notre sujet nous impose.

On pourrait élever une question à la fin de cet article : *la situation d'un homme debout peut-elle être regardée comme un état de repos ?*

Oui, & non. Oui : en ce que le corps placé dans cette situation n'est pas mis dans un état de mouvement. Non : parce qu'il est clair que l'action tonique des muscles que cette situation exige, n'est pas cet état de repos que nous avons établi, & pendant lequel nous avons supposé les muscles dans le relâchement & sans action.

Cette question ainsi éclaircie, nous ajouterons que la situation dont il s'agit n'est rien moins que favorable en beau-

coup de cas , & qu'en appesantissant les extrémités inférieures , dont les fluides retournent avec peine vers le cœur , elle peut produire des effets très-nuisibles à la cure des plaies & des ulcères , à la guérison des hernies & des écoulemens de la matrice , aux maladies des lombes , des reins & des parties génitales , &c. &c. &c.

§. II.

Regles générales concernant le Repos.

Lorsque le repos est indiqué pour la cure d'une maladie , on doit prendre toutes les précautions nécessaires pour en assurer le succès & prévenir ses inconvéniens. Il faut donc avoir attention ,

1°. Que le cou , les reins , les poignets & les jambes ne soient pas ferrés , que les bandages ne compriment pas trop les parties où ils sont appliqués ; ce ferait mettre obstacle à la liberté de la circulation , donner lieu à des engor-

gemens , d'où s'en suivraient des engourdissemens , de l'inquiétude , l'œdème , &c.

Cette précaution doit être la même pour les petits enfans que l'on a la fureur de mettre au maillot , qui , par lui-même inquiete , irrite , échauffe trop l'enfant , & lui cause une espece de douleur en le comprimant ; compression capable de causer quelquefois les plus grands ravages sur des parties susceptibles d'impression & d'accroissement , sur les viscères , & dans toute l'économie animale.

2°. Les malades ne doivent pas être couchés ni trop mollement , ni trop durement ; ils reposent quelquefois mieux dans un lit un peu dur , sans plumes & sans rideaux.

Locke , en parlant de l'éducation de la jeunesse , recommande de faire coucher durement les jeunes gens , c'est-à-dire , sur des matelas de paille , de laine ou de crin , & jamais sur des lits de

plume , parce qu'ils produisent nécessairement des complexions délicates & valétudinaires. Ce Philosophe observe très-bien , qu'un lit dur fortifie les membres & qu'un mollet , où l'on s'enfevelit chaque jour dans la plume , fond & dissout , pour ainsi dire , tout le corps ; ce qui cause souvent des faiblesses , & est comme l'avant-coureur d'une mort prématurée. Cette expression n'est pas exagérée ; car rien en effet n'est plus préjudiciable à la santé & à la vigueur du corps , que de s'enfoncer toutes les nuits dans le duvet.

Il ne faut pas trop couvrir les malades , sur-tout en été , afin de ne pas exciter en eux une transpiration , ou plutôt une sueur trop abondante , qui les affaiblirait sûrement.

Remarquons , en passant , qu'il est peu de personnes qui ne confondent pas la sueur avec la transpiration insensible : que ce soit par les mêmes vaisseaux que sort la matière de ces deux excrétions ,

c'est une question que nous laissons à décider aux Physiologistes. Nous ne voulons écouter & suivre que l'expérience : or elle nous apprend que la sueur affaiblit considérablement & appesantit le corps, au lieu que la transpiration insensible le rend plus léger & plus vigoureux ; différence qui doit nous diriger dans le choix & la quantité de couvertures.

En accablant les malades de couvertures de laine ou d'autres matières, on écrase les vaisseaux du tronc, la circulation ne s'y continue qu'avec peine, le sang se porte avec abondance à la tête ; c'est pourquoi on voit la sueur couler plus sur le visage que sur les autres parties du corps. Cet état de sueur est incommode aux malades, quand même il leur serait indiqué ; ils s'agitent dans leur lit, se tournent & se retournent de tous côtés pour se procurer un peu de fraîcheur.

Ces agitations sont dangereuses :

1°. parce qu'elles arrêtent la transpiration, suivant cet aphorisme de Sanctorius. « La trop grande agitation dans » le lit, met en action tous les muscles, » diminue les forces, la digestion & la » transpiration. 2°. C'est qu'en se remuant, les malades peuvent se débarrasser de leurs couvertures, & rester nus pendant le sommeil. Or, suivant le même Observateur, la nudité du corps empêche plus la transpiration dans le sommeil que dans la veille, tant à cause de l'état de repos dans le sommeil, que parce que la chaleur qui occupait les parties externes, se retire au dedans ».

Observons, en passant, que cette méthode de surcharger le corps de couvertures, n'est pas moins préjudiciable aux parties blessées, quand bien même elles pourraient en supporter le poids; car, en augmentant leur chaleur, la suppuration peut prendre une mauvaise

qualité, faire naître des érépelles, déterminer la gangrene, &c. &c.

3°. Pour assurer encore l'efficacité du repos, & prévenir ses inconvéniens, les draps du lit & les linges du malade doivent être bien secs, il faut en changer souvent ainsi que le malade de chemise. Il serait dangereux de le laisser dans des linges imbibés de sueur, ou d'autres matières infectes, qui produiraient bientôt des rougeurs, des démangeaisons, des cuissens au sacrum, aux fesses, au scrotum, & à toutes les parties faillantes du corps; accident qui est également la suite de l'immobilité dans le lit, du long séjour qu'on y fait.

C'est sur-tout à l'égard des enfans malades que cette précaution est très-nécessaire pour favoriser le repos. Les accidents dont nous avons parlé, les agitent, les tourmentent beaucoup, & les font pleurer, & c'est mal-à-propos qu'on attribue quelquefois leurs pleurs à la maladie même.

Galien (1) eut occasion de voir un enfant qui criait jour & nuit, sans que le mouvement, ni la musique, ni le réton pussent l'appaiser un instant. Après bien des recherches, il trouva que le lit, les langes & le corps de l'enfant étaient extrêmement sales ; il le fit laver, on lui donna du linge blanc, &, le moment d'après, il tomba dans un doux sommeil, qui continua plusieurs heures.

Regle générale, c'est qu'il faut tenir les malades le plus proprement que l'on peut, parce que cela facilite une douce transpiration, & que la propreté fait renaître en eux la gaieté, favorise la circulation & par conséquent la nutrition des parties.

4°. Le repos ne peut être parfait & absolu que lorsque les sens externes ne sont pas troublés. Ainsi, quand un malade a été à la selle, il convient de faire

(1) *De sanitate tuendâ*, Galen, lib, I, cap. 12.

emporter les excréments. Il faut éviter la putridité de l'air , & la corriger quand on s'en apperçoit. La fumée , les odeurs fortes , & tout ce qui est capable d'irriter la membrane pituitaire , est nuisible en bien des cas.

La lumière ne doit point être vive dans la chambre où repose le malade , afin de ne pas causer un violent ébranlement à l'organe de la vue , sur-tout s'il est affecté : elle ne doit pas alors venir de côté ni en face , mais par derrière. Le malade est-il éveillé ? Il ne faut jamais l'exposer tout-à-coup au grand jour : ces précautions ne sont pas moins importantes pour les petits enfans. Leur lit doit être disposé de façon qu'ils ne puissent rien fixer , sur-tout d'éclatant & de lumineux. Ils sont susceptibles de toutes les impressions : le bruit , la lumière , le changement subit de l'atmosphère , tout les étonne & peut troubler leur repos.

L'organe de l'ouïe demande les mêmes

précautions pour favoriser le repos : il faut qu'il y ait le moins de monde auprès des malades, qu'on y fasse le moins de bruit possible, que personne ne leur parle sans nécessité, car, outre que le trop de personnes dans la chambre d'un malade & sur-tout près de son lit, altèrent l'air, & en empêchent le renouvellement, c'est que la variété des objets occupe le cerveau, & peut en augmenter la fièvre, faire rêver les malades.

Autant qu'il est possible, on doit les éloigner du bruit, comme loin des cloches & de l'habitation des ouvriers dont le métier est bruyant ; si c'est à l'armée, le bruit du canon est plus à craindre : il est facile de prévenir le bruit des charrettes, des voitures, en faisant mettre de la paille aux environs du logement du malade.

5°. Le repos, & la même situation dans le lit, ne doivent pas être d'une trop longue durée, s'il est possible,

parce que la chaleur résultante, dont nous avons parlé plus haut, & l'inaction du corps l'affaiblissent de plus en plus; que la circulation devient languissante, que les viscères n'étant plus arrosés par la même quantité de sucs, il s'en suit inertie, défaut d'énergie dans les solides, & stagnation dans les humeurs; & celles-ci arrêtées dans leur circulation, croupillent, se corrompent & causent d'autres maladies indépendantes de celles pour laquelle on a prescrit le repos au malade, & auxquelles on ne peut remédier qu'en prévenant les inconvéniens du repos.

Qui ne fait que les grandes blessures, les opérations graves dont la cure est nécessairement très-longue, les fractures des extrémités inférieures obligent indispensablement à garder un repos qui peut devenir funeste?

« Vansvieten prétend que le repos
 » du corps contribue plus à la généra-
 » tion du calcul des reins, qui est le

germe de ceux de la vessie , que toutes les autres causes , auxquelles on attribue l'origine de cette cruelle maladie. Il rapporte qu'un homme qui n'avait jamais paru avoir la moindre disposition à la pierre , ayant été obligé de garder le lit immobilement pendant deux mois & demi , pour une fracture de cuisse , fut attaqué , quelques semaines après sa guérison , d'une colique néphrétique : il rendit , après avoir essuyé les plus vives douleurs , une pierre assez inégale , & pendant le reste de sa vie , il a ressenti de tems à autre des accès de cette maladie.

» Sydenham avait déjà fait l'observation que les goutteux étaient forts sujets à la pierre , non seulement par rapport aux fucs concrescibles qui se forment en eux , mais à raison du long séjour dans le lit , où la violence des douleurs les retient ».

Voulons-nous trouver la vraie cause de cet accident ? Cherchons - la avec

M. Hales (1), dans la structure, la position & les usages des organes destinés à la sécrétion de l'urine, & nous verrons clairement comment la situation horizontale & le long séjour dans le lit peuvent occasionner la formation de la pierre; d'après cela, il nous sera facile de prendre les précautions nécessaires pour prévenir cet inconvénient.

Cependant, sans entrer dans tous les détails anatomiques, il suffit que nous sachions qu'un des reins est inférieur à la vessie lorsqu'on est couché sur le dos, ce qui fait que le bassinet devient alors un réservoir propre à recevoir en dépôt les matières tartareuses de l'urine; & que l'urine étant poussée dans cette situation vers les reins, avec une force qui est non seulement égale à la hauteur perpendiculaire de la vessie, mais encore suffisante pour la dilater, ainsi que tou-

(1) Voyez l'Hœmastatique, ou la Statique des animaux d'Etienne Hales, traduite de l'Anglais, par M. Sauvages, Professeur en Médecine à Montpellier.

tes les parties adjacentes , l'urine doit presser avec une force considérable contre les orifices des tuyaux excrétoires des reins ; ce qui retarde cette liqueur dans son cours , & lui donne plus de tems pour déposer ses parties tartareuses dans les petits conduits des papilles rénales où M. Hales croit que les premiers rudimens du calcul se forment ordinairement : la dissection appuie ce sentiment ; Riolan , Malpighi & Morgagni paraissent être de même avis que M. Hales ; car ils assurent que cette découverte a été faite sur quelques sujets chez lesquels on avait à peine soupçonné cette maladie.

Comment obvier à ces inconvéniens à l'égard des malades qui , pour leur guérison , sont obligés de garder long-tems le lit ? Le même M. Hales nous indique un moyen simple , dont on peut faire usage en bien des cas. C'est de faire coucher les malades , comme les soldats dans leur corps-de-garde , dans

une posture inclinée , avec la précaution d'avoir toujours la tête & les parties supérieures plus élevées que les extrémités inférieures.

Dans cette situation , l'urine coulant plus facilement par les ureteres , entrainerait promptement au travers de ces tuyaux les matieres tartareuses qu'elle contient ; & la pression contre les orifices des tuyaux excrétoires des reins étant ôtée , l'urine se séparerait du sang plutôt & en plus grande quantité ; c'est pour cette raison qu'il paraît vraisemblable , suivant M. Hales , qu'entr'autres causes , la situation droite du corps peut procurer une plus grande facilité pour l'excrétion de l'urine le jour que la nuit.

Cette raison , & toutes celles que nous venons de donner , prouvent éminemment la nécessité indispensable de favoriser le libre cours des urines & le nettoiemment des voies urinaires ; elles nous prescrivent , dans la cure des maladies

ladies où le repos du corps est forcé , l'indication du mouvement propre aux parties dont l'action est libre , & particulièrement de faire coucher les malades alternativement sur les deux côtés. Exposer le mécanisme de cette situation , c'est en démontrer les heureux effets. Lorsque nous sommes couchés sur le côté gauche , les tuyaux excrétoires & la cavité du rein gauche étant situés au-dessous de la vessie , l'urine , qu'ils séparent , y séjourne long-tems , au lieu que les tuyaux & le bassin du rein droit étant supérieurs à la vessie , la liqueur qu'ils séparent a un libre cours des reins dans la vessie ; il doit arriver la même chose à l'égard du rein gauche , lorsqu'on est couché sur le côté droit. Il est donc très-important & très-salutaire de se coucher tantôt sur un côté & tantôt sur un autre , afin que les sédimens tartareux qui peuvent avoir été déposés dans un rein , lorsqu'il était inférieur à la vessie , puissent être chassés

par le changement de situation, avant qu'ils aient eu le tems de s'unir en petites parties sablonneuses, qui deviendraient aisément des calculs considérables.

Fin de la premiere Partie.



GYMNASTIQUE
MÉDICINALE
ET CHIRURGICALE.

SECONDE PARTIE.

*Indications suivant lesquelles on doit
prescrire l'usage du Mouvement
& du Repos dans la cure des
maladies.*

PAR l'exposé que nous venons de
faire des effets du mouvement & du
repos, les indications générales d'après
lesquelles on doit en prescrire ou écarter
alternativement l'usage dans les maladies,

seront faciles à saisir , sur-tout après une connaissance parfaite des causes de chacune d'elles , & des signes qui les font connaître.

Par exemple , si c'est la sensibilité , la douleur , l'irritabilité , la trop grande agitation des liqueurs qu'il s'agit de calmer , si leur épaisissement doit entrer dans le plan d'une curation , si les effets du mouvement ne peuvent que la contrarier ou augmenter l'intensité des autres accidens ; enfin s'il y a prostration de forces , il est clair que la principale indication est de ramener le calme & la tranquillité dans la machine , & que c'est au repos qu'il faut avoir recours.

Si c'est l'épaisissement des liquides qu'on a à combattre ou à prévenir dans la curation des maladies ; si les fibres sont relâchées , & dans l'atonie , s'il y a rigidité dans les ligamens & roideur dans les articulations , s'il faut réveiller la chaleur naturelle , il n'y a pas de doute qu'on ne doive appeller le mou-

vement, pourvu qu'il n'y ait pas de contr'indication particuliere à son emploi.

La connaissance des causes & des symptômes des maladies, le secours des exemples & des faits accompagnés de réflexions propres à fixer nos idées sur les avantages & les inconvéniens respectifs de ces deux moyens de guérir, ne nous permettront pas d'en faire une fausse application. Et pour mettre ce que nous allons dire dans un ordre facile à saisir, nous le diviserons en deux Chapitres seulement.

Dans l'un, nous présenterons les indications, d'après lesquelles le repos doit être prescrit; dans l'autre, celles qui doivent déterminer le mouvement.



CHAPITRE PREMIER.

Indications d'après lesquelles le Repos doit être prescrit dans le traitement des Maladies.

DANS ce premier Chapitre , ainsi que dans le second , nous suivrons l'ordre anatomique pour toutes les maladies , tant internes qu'externes , qui en sont susceptibles. Les maladies générales , ou celles qui n'ont point de siege fixe , seront traitées les premières ; ensuite nous parcourrons successivement celles qui affectent la tête , le tronc & les extrémités. Cet ordre nous a paru d'autant plus naturel & plus commode , qu'il sera plus facile de distinguer avec lui l'espece de repos ou d'exercice qui conviendra , eu égard à la partie malade.

Maladies inflammatoires en général.

Les maladies inflammatoires , tant internes qu'externes , telles que le phlegmon , l'érésipelle , &c. sont ordinairement accompagnées de la fièvre qui est quelquefois assez forte , & c'est ce que l'on remarque dans celles qui ont pour symptômes , le visage enflammé , un battement violent des carotides , les yeux rouges , la crainte de la lumière , un grand mal de tête , un abattement général , la respiration laborieuse , &c. mais n'y eût-il que de la fièvre jointe à une partie enflammée , le malade ne peut la mouvoir , il se plaint d'une grande lassitude & n'aime que le repos.

Ces symptômes nous montrent évidemment l'indication de laisser le malade tranquille , & même de le faire coucher ; car le repos dans le lit , détruit les spasmes , abat la violence de la circula-

tion , & met la nature en état d'employer toutes ses forces pour expulser la maladie & favoriser la résolution de la partie enflammée , conjointement avec l'usage des remèdes généraux & diététiques.

Le repos est d'autant mieux indiqué dans la cure des maladies inflammatoires internes ou externes , que , d'une part , l'exercice immodéré où les travaux excessifs les ont souvent occasionnés , & que , de l'autre , les malades qui ont voulu combattre le mal , en continuant leurs travaux & leurs exercices ordinaires , l'ont fixé plus profondément , au lieu de le chasser. Ajoutez que le repos du lit a souvent guéri seul une fièvre dans ses commencemens , & prévenu les suites fâcheuses d'un phlegmon : raisons décisives pour prescrire le repos dans les maladies inflammatoires.

Si la fièvre & le mal de tête sont considérables , si le malade est menacé du délire , le repos ordinaire n'est pas

suffisant ; il faut qu'il soit dans le repos le plus profond de la part des choses extérieures , & que la tranquillité de son corps s'étende jusqu'à son esprit , pour prévenir l'intensité des accidens.

Rarement la compagnie peut-elle être agréable à un malade dans ce cas-là ; & cela par la raison que tout ce qui peut troubler son repos & son imagination , (même une trop vive lumière) , que tout ce qui affecte ses sens trop fortement , aggrave sa maladie.

Les Anciens , pénétrés de l'importance de cette précaution , faisaient coucher leurs malades dans des lieux obscurs & éloignés. Observons néanmoins qu'il y aurait du danger de la pousser trop loin , & de vouloir tenir dans une obscurité constante un malade en délire. On a éprouvé que ces sortes de malades , quand on fait ouvrir les rideaux de leur lit , afin qu'ils voient clairement les objets qui les environnent , étaient beaucoup plus tranquilles que dans les

ténèbres mêmes : la raison en est sensible , c'est que lorsqu'un délire n'est pas porté au dernier degré , plus on fortifie les impressions que les objets extérieurs peuvent faire sur les sens , plus on a lieu d'espérer que les sensations vraies prévaudront sur les fausses imaginations.

Cependant quelques précautions que l'on prenne en éloignant les malades du bruit , pour assurer le succès du repos , les douleurs lancinantes , l'ennui , &c. les privent quelquefois du sommeil qui leur serait nécessaire.

Toutes les maladies inflammatoires sont presque toujours précédées du frisson plus ou moins violent : aussi les malades veulent-ils qu'on les couvre beaucoup , sous prétexte de les défendre du froid & d'exciter la sueur ; mais il faut être attentif à les découvrir , dès que le froid diminue , afin que , quand la chaleur commence , ils n'aient rien de plus que leurs couvertures ordinaires. L'usage contraire a beaucoup de suites

fâcheuses : il augmente la raréfaction des humeurs & la vélocité de leur cours ; ce qui rend la fièvre plus forte & fait naître des dispositions à l'inflammation & aux engorgemens , & change quelquefois le caractère & l'état de la tumeur inflammatoire.

L'accablement des malades les tient ordinairement dans une position horizontale dans le lit ; cette posture ne peut être gardée long - tems sans qu'ils en soient incommodés & exposés aux accidens dont nous avons parlé plus haut. C'est pourquoi, lorsque le malade en a la force , il convient de le tenir de tems en tems sur son séant : ce changement de position produit souvent de fort bons effets ; il soulage la tête en ralentissant la vitesse avec laquelle le sang arrive dans le cerveau.

Dès que les premiers accidens sont passés , que la coction des humeurs paraît se faire , que la tumeur inflammatoire prend la voie de la résolution

(& quand bien même elle tournerait à la suppuration) alors il y aurait du danger de laisser le malade plongé dans un repos profond , & un danger encore plus grand de le laisser enseveli dans son lit.

Il est d'expérience que les malades reçoivent un très-grand soulagement lorsqu'on les tire de leur lit le matin ; & cela par la raison que plus leur complexion est délicate , plus ils sont affaiblis par la maladie , & moins le séjour dans le lit , hors le tems du sommeil , leur est profitable. En un mot , le repos trop prolongé énerve les solides & fait stagner les humeurs ; & les forces & l'action vitale , si nécessaires à la guérison , ne peuvent se rétablir par l'inaction.

Le renouvellement de l'air de la chambre où les malades ont dormi est bien essentiel , mais il serait d'un faible secours , si on laissait le corps entre les draps & sous les couvertures imprégnées de l'humidité de la sueur & de la transpiration.

Nous avons dit dans notre première partie, que les influences douces de l'air du matin donnaient du ressort aux fibres, & qu'elles préparaient aux grandes évacuations. Elles seront plus promptes & plus faciles, quand le corps aura changé de lieu & se fera procuré une atmosphère nouvelle.

Cette attention à faire sortir du lit les malades, est de la plus grande utilité dans le traitement des fièvres putrides & de l'érésipelle, sur-tout de celui qui attaque la tête, & pour lequel il suffit de garder la chambre sans forcer le malade à rester au lit.

Un autre inconvénient du trop long séjour dans le lit, pour les maladies mêlées de putridité, c'est que la transpiration, la moiteur & les sueurs qui sont alors plus fréquentes & plus copieuses, refluent nécessairement vers les malades, par l'application des couvertures qui les enveloppent, & qu'il en repasse une partie dans la masse du sang,

par les pores abforbans ; ce qui aggrave d'autant plus la maladie.

Sydenham (1) louait beaucoup la méthode de faire sortir du lit les malades , & de les tenir levés quelques heures dans le jour. Il la regardait comme le meilleur moyen d'abattre la fièvre , de diminuer le mal de tête & les rêveries. Cependant il faudrait éviter de les faire lever pendant qu'ils auraient des fueurs de nature à les soulager ; mais si-tôt que leur état le permet , il convient d'en profiter & de les changer même tous les jours , s'il est possible , & de linge & de lit.

Je fais que cette méthode souffre des contradictions , & j'en ai même éprouvé quand j'ai voulu en faire usage. On hésite , on craint de tirer un malade du

(1) *Si æger quotidie lecto abstineret, saltẽm ad horas aliquot, vel si id vetaret major ejus debilitas, vestes saltẽm indueret, & suprà lectum cubaret, capite paulò elatiori, nullis stragulis tectus, ut grato hoc refrigerio nimius ardor compesceretur, Sydenham, l. 5, cap. 11.*

lit ; on préfere de le laiffer dans des linges & des draps fales , chargés de corruption , & qui font capables de donner un caractère de malignité à la maladie. Mille gens, qui font les entendus, nous repréfentent que le malade eft trop faible , & que c'eft vouloir diminuer encore fes forces , les anéantir tout-à-fait que de le changer. Infenfés ! il faudroit qu'il fût prefque mourant pour ne pas foutenir l'opération que nous vous confeillons pour lui. Suivez-la fans balancer , & vous verrez qu'en affaibliffant fes forces pour le moment, elle les augmentera le moment d'après , & qu'elle diminuera fur le champ fon mal-aife.

Nous ne dirons rien ici fur la maniere de foigner les malades dont il s'agit , dans le déclin de leur maladie ; leur convalefcence étant un état de faiblesse & de langueur , qui exige les fecours du mouvement , nous renvoyons cet objet à notre fecond Chapitre.

N. B. Les détails que nous venons de donner par rapport au repos indiqué dans la cure des fièvres & des tumeurs inflammatoires, & ceux que nous allons fournir encore sur le traitement des fièvres éruptives, telles que la petite vérole; tous ces détails, dis-je, font un plan de curation auquel nous aurons souvent occasion de renvoyer nos lecteurs. Si nous y changeons quelque chose, ce ne sera qu'en raison de quelques différences qui pourraient se trouver dans les maladies dont il s'agit.

La petite Vérole.

Les Praticiens les plus éclairés sur la nature de cette maladie aiguë conviennent qu'elle demande peu de remèdes, & le plus souvent point du tout; ils font plus de cas des secours diététiques, & particulièrement de ceux du repos & du mouvement rare & modéré, suivant la nature des accidens.

Ces secours, si on ne les regarde que

comme accessaires, secondent merveilleusement les antiphlogistiques proprement dits, & par ce concours heureux, le malade se sauve d'une maladie dangereuse & terrible qui l'aurait infailliblement conduit au cercueil.

La petite vérole s'annonce ordinairement par un frisson, après lequel la fièvre prend tout d'un coup le caractère d'une fièvre aiguë plus ou moins vive, ses symptômes sont les mêmes que ceux de la fièvre en général; mais leur intensité est quelquefois plus grande, il y a plus de mal de tête, plus d'assoupissement, plus de chaleur, plus d'éréthisme, &c. c'est le tems de l'invasion. Cet état, comme celui de l'éruption, présente l'indication de modérer ou d'entretenir l'ébullition du sang, de sorte qu'elle ne soit ni trop violente, ni trop faible.

Et quand même la fièvre ne serait pas considérable, le malade doit au moins suspendre ses travaux & ses exercices

ordinaires , pour prévenir l'intensité de la fièvre qui ne manquerait pas de s'allumer à son plus haut degré. S'il était trop accablé, il vaut mieux que le malade garde le repos dans le lit , pour calmer la grande effervescence qui accompagne souvent les petites véroles confluentes. Alors il faut prendre garde de ne point trop le charger de couvertures , sur-tout si c'est en été , & observer également de le préserver des rigueurs du froid ; car rafraîchir en hiver un homme qui va essuyer une maladie dangereuse , lui glacer pour ainsi dire le corps , en l'exposant à l'air , serait moins le fait d'un Médecin prudent , que celui d'un Empirique téméraire : *Medio tutissimus ibis.*

Cependant le repos dans le lit ne pourrait être gardé long-tems sans danger pendant la violence de la fièvre ; le danger serait plus grand , si le délire survenait : symptôme très-fréquent dans la petite vérole. Alors il n'y aurait pas à

balancer pour faire fortir du lit le malade & le tenir sur une chaise longue pendant le jour pour le rafraîchir.

Qui est-ce qui n'a pas remarqué que quand on tire du lit ces fortes de malades, où ils respirent un air de la dernière impureté, un sentiment intérieur les avertit du bien que leur corps en ressent ; que leurs fonctions se font avec plus d'aisance ; que leur esprit reprend sa sérénité & qu'ils paraissent tout autres ? C'est l'air qui produit ces effets, en chassant les exhalaisons impures & irritantes, qui forment comme une espèce d'atmosphère autour de leur corps, & qui par leur irritation sur les houppes nerveuses de la peau, leur causent des inquiétudes & des mal-aises : & comme il est de règle que l'air & la chaleur de nos humeurs se mettent en équilibre avec l'air & la chaleur atmosphérique, il est sûr qu'on ne peut que porter des entraves au bouillonnement du sang & à sa rarefaction, en faisant lever les malades &

réduire ainsi leurs humeurs à un degré de condensation convenable.

Cette méthode est toujours très-avantageuse , sur-tout si l'éruption paraît bien disposée : car le pissement de sang, les taches de pourpre , la difficulté d'uriner , & les autres symptômes mortels viennent le plus souvent de ce qu'on fait garder le lit de trop bonne heure ou trop long tems ; & c'est ce qui arrive dans la confluyente , quand les malades agissent autrement , ou que leur repos est troublé de la part des choses extérieures. On doit donc , dans les premiers tems de cette maladie , éviter la chaleur incommode que le poids des couvertures occasionnerait ; ménager un repos qui deviendrait funeste , s'il était observé trop long tems dans le lit , afin de laisser la nature faire petit à petit l'éruption qu'elle médite avec tant d'appareil.

Le tems de la fièvre suppuratoire n'est pas non plus sans danger pour les ma-

lades qui gardent trop long tems le lit & qui y sont trop couverts; car quoique le sang ne soit plus dans un si grand tumulte après que la suppuration est achevée & que la matiere morbifique a été portée à l'habitude du corps, il ne laisse pas, dans ce nouvel état qu'il vient d'acquérir, d'être encore très-susceptible des impressions d'une trop grande chaleur, d'être facile à s'émouvoir, à s'enflammer, & à fermenter de nouveau. C'est la raison pour laquelle il vaut mieux que les malades restent alors levés quelques heures pendant le jour, sur-tout si c'est en été : pourvu qu'ils ne s'exercent pas, qu'ils soient logés & vêtus de façon à n'avoir ni trop chaud, ni trop froid, ils sont à l'abri des accidens qui résultent de ces deux excès. Par ce moyen, la fièvre s'adoucit, la respiration devient plus libre, les humeurs ne se portent point à la tête, la région des reins se rafraîchit, les urines coulent avec plus de

facilité , les émanations putrides qui sortent du corps du malade , ne sont point retenues en dedans des linges , mais elles se dissipent à mesure ; la maladie devient plus douce , & prend ordinairement une face riante.

Il y a cependant des cas dans la petite vérole où il est nécessaire de laisser les malades dans leur lit ; mais nous parlons ici d'une violente fièvre de suppuration & d'une maladie vraiment inflammatoire , dont il faut prévenir les accidens funestes que la grande chaleur du lit occasionne.

Il n'y a que le froid de la saison , l'abondance de l'éruption , & les ulcérations douloureuses qui indiquent le repos dans le lit , le jour comme la nuit ; mais alors on doit ordonner au malade de changer de place dans son lit , & même le retourner souvent de jour & de nuit , afin de tempérer la grande chaleur du corps , & de lui éviter les sueurs qui dissipent cette moiteur

douce, dont les pustules ont besoin pour être détrempées & adoucies ; & si l'enflure du gosier survenait & qu'il y eût une salivation visqueuse, on sent alors la nécessité de mettre le malade dans une situation verticale.

Un autre soin bien important, c'est de changer souvent les malades de linges, qui dans le tems de la suppuration, se trouvent d'une puanteur insupportable par l'effusion du pus des pustules crevées, ce qui met les malades dans le plus grand danger, étant enveloppés de pareils linges.

En effet, lorsque les pustules se remplissent & entrent en maturité, la partie la plus subtile du pus s'exhale & s'attache sur les linges, qui n'ayant pas été changés jusqu'alors, se trouvent imbibés des émanations putrides sorties du corps depuis le premier moment de la maladie. Ces exhalaisons continuent jusqu'à ce que les pustules commencent à se dessécher, elles deviennent alors plus

abondantes, & le corps se trouve comme plongé dans un bain de vapeurs purulentes. Il en sort, outre cela, dans le dernier tems de ce desséchement, une matiere plus grossiere, qui, ne pouvant s'exhaler, reste sur la peau, & y forme une croûte épaisse, qui obstrue les pores & s'oppose à la liberté de la transpiration.

Tout cela posé, la nécessité de changer de linge est évidente, soit pour enlever au corps cette couche de vapeurs putrides où il nage, pour ainsi dire, & dont le plus subtil doit être repompé avec l'humidité de la transpiration, & porter dans le sang un nouveau vice d'alkalescence; soit pour détacher cette partie épaisse qui se trouve sur la peau, & qui venant à s'y sécher, cause au malade des inquiétudes plus ou moins grandes, suivant la sensibilité. Un linge doux, fin, blanchi, ou qui ait été déjà porté, d'une chaleur tempérée, produira ces effets par ses légers frottemens; cette

cette crasse détachée, la transpiration deviendra plus abondante, & la masse des humeurs se dépurera.

Lorsque le desséchement des pustules se fait, qui est à-peu-près le moment de la convalescence, il faut se conduire à l'égard du malade comme nous le dirons à l'article général des convalescens. Il suffit seulement que nous prévenions ici d'empêcher les malades de courir trop tôt à l'air, parce qu'il peut y avoir encore quelques restes de la matiere variolique qui transpire, & dont la répercussion serait dangereuse.

Ce plan de curation, par rapport au repos indiqué dans le traitement de la petite vérole, soit discrète, soit confluente, pourrait encore servir de regle dans la cure de beaucoup d'autres maladies aiguës éruptives, telles que la rougeole, le pourpre, les dartres vives, &c. &c.

*Les Contusions , les Plaies & les
Ulceres en général (1).*

On fait que les contusions & les plaies vont souvent ensemble, que la plupart de ces dernières sont quelquefois accompagnées d'hémorragies difficiles à arrêter, que lorsque ces solutions de continuité sont considérables, les bords s'enflamment & suppurent peu de jours après; que la douleur, l'inflammation & la fièvre accompagnent ordinairement les grandes plaies, ainsi que les fortes contusions; enfin que la cure des plaies est l'ouvrage de la nature, que l'art peut à la vérité favoriser, en éloignant tout ce qui s'oppose à leur guérison, tel que le mouvement, & en favorisant leur réunion par le repos. Or ce repos est alors de deux espèces,

(1) Nous traiterons, comme nous l'avons promis, des contusions & des plaies en particulier, dans les trois autres Paragraphes de ce Chapitre.

suivant la nature , le lieu & les accidens de la lésion : l'un est général à tout le corps , & l'autre est particulier ; nous ferons dans un instant l'application de ces différences.

1°. Quant au repos général ou parfait , nous avons dit plus haut qu'il était de règle d'avoir recours au repos parfait dans le traitement des maladies aiguës internes , accompagnées d'accidens fâcheux ; il n'est pas moins important de le prescrire dans la cure de celles du ressort de la Chirurgie , telles que les plaies graves , où le mouvement peut mettre obstacle à des réunions utiles , ou il peut opérer , soit des douleurs , soit des irritations , soit des frottemens propres à entraîner des résultats fâcheux , soit des déplacemens de parties , qu'il est essentiel de maintenir dans le lieu qu'elles occupent , soit des effusions dangereuses de sang , &c. Or , dans les cas de plaies récentes ou de contusions fortes , dont on veut obtenir , ou la

réunion, ou la résolution, le mouvement indiscretement employé étant susceptible d'inconvéniens qu'on ne peut se dissimuler, ces inconvéniens offrent eux-mêmes des indications formelles, d'après lesquelles le repos doit alors être prescrit.

Etant bien convaincu de la nécessité du repos total du corps, on doit l'être aussi de la nécessité de celui de la part des choses extérieures, c'est-à-dire, du repos parfait dans la cure des fortes contusions & des plaies, sur-tout lorsqu'il y a hémorragie & qu'on en craint le retour, lorsque la commotion a été générale, ou que la fièvre & d'autres accidens les compliquent. Galien étend cette regle à toutes les especes de plaies: *Quidquid in corpore dissectum est, id exquisitam integramque expostulat requiem.* Hipocrate & Celse prescrivent également le repos pour la cure générale des plaies & des ulceres: *Quies ergo tanquam ad curationem necessaria, præ-*

fertim si magna sint vulnerata, conserre videtur. Hip. Optimum enim istis, medicamentum quies est, moveri enim & ambulare alienum. Celse.

En effet le bruit qu'on ferait auprès du malade, & les mouvemens du corps qu'on lui donnerait, ou qu'il se permettrait, augmenteraient l'intensité des accidens, occasionneraient des métastases, la résorbtion de la matiere purulente, le délire, &c. Dans la cure des plaies considérables, comme dans celle des maladies aiguës internes, le repos total du corps étant long-tems continué, est susceptible des inconvéniens dont nous avons déjà parlé & que nous aurons occasion de développer davantage. Ces inconvéniens du repos trop prolongé ne peuvent être prévenus ou corrigés que par le mouvement qui est alors indiqué, & dans ce cas il suffit, comme nous l'avons dit plus haut, de faire sortir du lit les malades, & de les faire reposer sur une chaise longue,

uniquement pour les changer de situation ; mais on ne doit tenter cette espece de mouvement , qu'après la cessation des premiers accidens : mais s'il était contr'indiqué par la nature & le lieu de la plaie , ou par la faiblesse du blessé , on pourra y suppléer par l'usage des frictions seches sur toutes les parties saines du corps , afin de détourner les humeurs qui se portent facilement à la partie blessée.

2°. Pour ce qui concerne le repos particulier ou local , si l'espece de plaie est sans accidens ou trop peu considérable , pour assujettir le malade au repos parfait du corps , au moins celui de la partie affectée est-il indispensable , puisque les plaies ne peuvent se réunir que par un contact immédiat & permanent , qui donne lieu au suc nourricier de les coller ensemble & de former la cicatrice extérieure qui complete la cure.

Or , le mouvement de la partie blessée , bien loin de concourir à ces effets salu-

taires , ne pourrait que les contrarier , en détruisant les unions déjà commencées au-dessous du lieu où doit se faire la cicatrice ; en mettant obstacle à l'épaississement nécessaire des fucs gélatineux qui doivent la former ; & en la détruisant , lorsqu'elle n'est pas parvenue à son degré de solidité : d'où il suit que cette précaution , c'est-à-dire , celle du repos local , doit même s'étendre par-delà le tems où la cicatrice est complètement faite ; dans les cas où les parties musculaires qui sont placées au - dessous , seraient exposées à des mouvemens fréquens : on doit , dis-je , la pousser d'autant plus loin , que l'on s'apercevrait que ces mêmes parties auraient eu part au désordre.

Au reste l'on sent assez qu'en prescrivant le mouvement dans cette circonstance , nous n'entendons pas parler de celui qui , donné à un membre , ou à telle partie du corps , peut laisser dans un état de repos les parois d'une plaie

ou d'un ulcere qui se trouveraient dans cette étendue ; mais plutôt l'espece de mouvement qui , s'exerçant sur la partie lésée , détruirait les moyens de cohésion.

§. II.

Les Maladies internes & externes de la tête.

Nous ne parlerons pas ici des contusions & des plaies légères qui se bornent aux tégumens de la tête & du visage ; le repos ou le mouvement alternatifs , mais modérés , sont indifférens pour leur cure ; mais les chûtes & les coups à la tête , même sans solution de continuité , qui intéressent les parties internes , peuvent causer au cerveau un ébranlement , une commotion ; maladie suivie des plus terribles accidens , sans même qu'il y ait ni fracture , ni enfoncement au crâne. L'inflammation , l'érésipelle , le vomissement , l'hémorragie , la syncope , l'apoplexie , l'obscurcissement de la vue ;

l'ophtalmie , la fièvre , le délire , les convulsions , la paralysie , &c. sont des accidens qui arrivent quelquefois dans l'instant de la blessure , quelquefois peu de jours après , & souvent même plus tard ; ces accidens , dis-je , nous montrent assez l'indication du repos parfait , puisque , par le peu d'attention de la part du Chirurgien , ou par la désobéissance des malades à garder le plus grand repos , ces plaies qui ne seraient pas mortelles par leur nature , peuvent changer au point de le devenir.

Quand bien même , après le coup reçu , & la plaie manifestée , il ne paraîtrait aucun des accidens dont nous venons de parler ; quand même le blessé aurait le pouls égal , le sommeil tranquille , l'appétit bon , il ferait néanmoins très-prudent de lui faire garder le repos : la raison , c'est que cet état , si propre à en imposer , cache quelquefois un épanchement de sang sous les os du crâne , qui pourrait faire périr

le blessé : à plus forte raison , si ces accidens subsistent , faut-il observer ce repos absolu de la part des choses extérieures , & prévenir tout ce qui serait capable d'exciter les mouvemens de la tête , tels que les sternutatoires , les odeurs , la fumée ; à moins cependant que , par une indication particulière , on eût l'intention de produire des secousses violentes pour ranimer l'état de stupeur des solides (1).

Ainsi le blessé doit être dans la plus parfaite tranquillité ; la compagnie , le bruit , tout ce qui peut affecter ses sens ou troubler son imagination , étant capables de porter le désordre dans son cerveau , & d'augmenter les accidens. Ajoutons que la trop grande lumière

(1) *Quæ non solum corpori universo , sed oculis etiam imperanda est , qui ex nimio motu , & copioso lumine multum agitur , & spiritus resolvuntur. . . . Arcenda sunt quæ sternutamenta cient , fumus nempe , odores mali , fœtidi , aut acuti & vomitus , qui vulnerato capiti adversatur. Andr. acr. ibid quo supra.*

même lui devient nuisible, & que sa chambre en conséquence doit être un peu obscure, sans être cependant dans une obscurité trop profonde, soit pour ne pas le jeter dans une mélancolie noire (1), soit pour les autres raisons que nous avons alléguées ailleurs.

C'est pour remplir cette indication, sans doute, que Paré, en parlant des plaies de tête, dit qu'il faut mettre le blessé en un lieu de repos & hors du bruit, autant qu'il est possible, comme loin des cloches & de la demeure des ouvriers dont le métier est bruyant, & le garantir du bruit des charrettes. Lorsqu'il était à l'armée, ce qui lui faisait le plus de peine, c'était qu'à chaque coup de canon l'hémorragie des blessés se renouvelait; que ceux qui avaient des plaies à la tête en étaient le plus incommodés; que tous les symptômes empi-

(1) *Quiescat æger, in lecto valdè molli, ac humili, & conclavi obscuro.* Cels.

raient , & que plusieurs en mouraient plus vite.

« Je me souviens , dit le Pere de la
 » Chirurgie Française , que quand j'étais
 » au château d'Hesdin , à l'heure qu'on
 » faisait la batterie , le bruit & retentif-
 » sement de l'artillerie causaient aux pa-
 » tiens une douleur extrême , & princi-
 » palement à ceux qui étaient blessés ;
 » car ils disaient qu'il leur semblait qu'au-
 » tant de coups de canon qu'on tirait ,
 » autant on leur donnait de coups de
 » bâton sur leurs plaies : & leur sur-
 » venait flux de sang par icelles , & fai-
 » saient grands pleurs & lamentations ;
 » de sorte que la douleur , la fièvre &
 » autres accidens étaient par telle véhé-
 » mence grandement augmentés , & la
 » mort accélérée ».

Fabrice d'Hilden (1) rapporte une observation qui confirme les remarques de Paré. Un jeune homme s'était brisé

(1) Cent. 1 , obs. 20 , pag. 25.

un des pariétaux ; on avait retiré quantité d'esquilles ; la fièvre, la douleur & tous les autres symptômes avaient cessé ; tout allait le mieux du monde : le pere de ce malade , contre la défense expresse de Fabrice , permit à des payfans en débauche de s'approcher de la chambre du blessé , battant la caisse , jouant de la flûte , dansant , &c. Le sur-lendemain le malade eut une fièvre des plus aiguës , le délire , des convulsions , des nausées , & il mourut le quatrième jour suivant. La chose ayant été rapportée au Magistrat , on fit payer au pere une grosse amende.

Cependant il ne suffit pas d'avoir pourvu au repos de ces malades & d'en avoir assuré le succès , il faut encore diriger la situation la plus convenable qu'on doit faire tenir au blessé dans le lit. Le tronc & la tête doivent être un peu élevés , pour empêcher que les humeurs ne se portent trop à la tête. Il en est des plaies de la tête comme de celles de la

jambe , qui doit être élevée à la hauteur du tronc , pour faciliter le retour des liqueurs & prévenir l'engorgement. André de la Croix recommande cette attention : *Vulnus in imâ semper , & declivi parte quiescat , præter illud si magnum fuerit , quod in lateribus infligitur ; ne quandoque cerebrum procidere possit. Reliqua verò talem situm exposcunt , ut excrementa parulentaque materia facilius expurgetur.*

Si la paralysie survient à l'un des côtés de la tête , il est intéressant de ne pas laisser le malade couché sur le côté hémiplégique , parce que l'épanchement peut passer d'un côté du cerveau à l'autre , & rendre le sujet paralytique des deux côtés. Valsalva observe à cet égard qu'il n'est pas indifférent , dans ces circonstances , de faire coucher le blessé sur un côté plutôt que sur l'autre , & qu'il est au contraire important de le faire tenir sur le côté non paralysé , c'est-à-dire , sur le côté de la tête où l'on soupçonne l'épanchement. La raison de cette préfé-

rence est trop sensible pour nous en occuper ici.

Les blessés étant quelquefois obligés de garder le lit pendant trente, quarante, cinquante ou soixante jours, ce long repos peut être nuisible à l'économie animale. Il faut dans ce cas mettre en usage les moyens que nous avons indiqués en parlant des maladies inflammatoires, pour combattre les inconvéniens du long séjour dans le lit : & lorsqu'on ne peut faire lever les blessés, c'est le cas d'employer les frictions sur tout le corps, pour exciter la révolution des matieres qui pourraient se porter à la tête, & d'en continuer l'usage jusqu'à ce que l'état de la blessure & les forces du malade lui permettent de se livrer à l'espece de mouvement que nous indiquerons ci-après aux convalescens.

André de la Croix, est de l'avis des frictions que nous recommandons ici :
at exercitii loco ut vapores aversionis gratiâ remeentur, leves frictiones, & his par-

tibus , quæ longiùs à vulnere absunt , ante cibum , & evacuato ventre commendantur.

Enfin , lorsqu'il sera tems de donner une nourriture solide au blessé , on évitera les alimens qui ont besoin d'être mâchés long-tems. On doit avoir la même attention pour les plaies de la bouche , les fractures de la mâchoire , &c. dont les indications curatives , eu égard au repos , sont les mêmes que pour les plaies compliquées de la tête , en observant de plus , que dans les premiers jours de la maladie , le blessé ne doit point parler , *silentium habendum*. Mêmes considérations pour les plaies du cou , &c.

Des Maladies des Yeux.

Les maladies inflammatoires des paupières & du globe de l'œil doivent interdire absolument les mouvemens violens du corps & de l'esprit ; tout doit être même dans un repos parfait , pour peu que les accidens soient graves ;

comme il arrive quelquefois dans l'ophthalmie.

La chambre du malade doit être sombre , & quand même il n'y aurait qu'un œil malade , les yeux ne doivent pas moins être couverts d'un voile qui , sans être appliqué immédiatement sur eux , leur dérobe la lumière. Enfin le malade doit éviter de regarder le feu & tous les objets éclatans. L'attention de placer la lumière derrière la tête du malade dans les pansemens , n'est pas moins essentielle ; il faut pareillement lui faire éviter la fumée & tout ce qui serait capable de le faire larmoyer , tousser , éternuer ou vomir ; en un mot , on doit le tenir tranquille jusqu'à la cessation des accidens.

Il y a même des cas , comme après l'opération de la cataracte par abaissement , où l'on ne doit pas permettre au malade , sur-tout les premiers jours de sa maladie , de se tenir assis dans son lit , ni même d'en sortir pour satisfaire à ses

besoins. On doit aussi éviter de faire vomir le malade, quand même il y aurait indication de le faire. Une secousse trop forte peut, en ébranlant le corps vitré, ramener le crySTALLIN en devant.

Si les maladies inflammatoires des yeux sont sujettes à des retours fréquens, il faut écarter de la vue tout ce qui pourrait l'affaiblir, & c'est sur-tout à l'égard des enfans que l'on doit prendre ces précautions. On ne doit jamais leur laisser fixer le soleil, la neige, un grand feu, rien, en un mot, de ce qui peut trop éblouir. Il ne faut pas non plus leur donner à lire des livres mal imprimés ou d'un trop petit caractère. Ne fait-on pas que les lectures de nuit, à contre-jour, ou au soleil, l'usage fréquent des lunettes de curiosité, comme microscopes, télescopes, &c. gâtent le sens de la vue? que le dessin, la peinture perfectionnent beaucoup ce sens?

De l'Esquinancie.

Cette maladie ayant le plus souvent pour symptômes ceux que nous avons exposés dans les maladies inflammatoires, elle présente les mêmes indications du repos parfait, sur-tout si les accidens sévissent avec violence, & si la fièvre est forte. La tête du malade doit être plus élevée qu'à l'ordinaire dans le lit, pour faciliter le dégorgement & le reflux des humeurs de cette partie. Ce qui rend souvent le mal plus douloureux, c'est que les malades gardent dans le lit une situation tout-à-fait horizontale. La nécessité d'avoir la tête élevée ne sera pas difficile à sentir, si l'on fait attention à l'expérience journaliere. A-t-on le doigt enflammé à l'occasion d'un panaris, ou d'une épine, ou par telle autre cause ? Il n'est personne qui n'ait éprouvé que la douleur est insupportable quand on laisse pendre la main, & qu'il y a un changement notable

& presque subit , lorsqu'on élève le bras ou seulement le doigt. La même chose arrive dans l'esquinancie.

Le malade ne doit pas parler , ou qu'à voix basse ; la parole à haute voix irriterait les parties malades , augmenterait l'inflammation. Il ne doit même pas se livrer trop tôt après sa guérison à l'action de chanter , de crier ou de jouer des instrumens à vent ; ces exercices fatigueraient excessivement les parties de la gorge qui sont le siege de l'esquinancie. Le trop long séjour du lit est également nuisible à ces malades , comme dans les autres maladies inflammatoires ; mais si le mal de gorge devenait gangreneux , il faudrait tenir le malade la plus grande partie du tems couché , parce qu'étant bebout , il serait sujet à de fréquentes foiblesses.

s. III.

Des maladies du Tronc.

Le tronc , & les principaux viscères qu'il renferme , sont exposés à des contusions & à des accidens très-graves , qui résultent d'une forte de commotion , d'un ébranlement vif qu'ils éprouvent , à la suite d'un choc reçu dans une partie , souvent très-éloignée de la cavité de la poitrine ou du bas-ventre ; comme quand on tombe sur les pieds , sur les genoux ou sur le sacrum , ou à la suite d'un violent exercice actif ou passif ; d'autrefois par un coup de pierre ou de bâton ; ou enfin , lorsque le corps se trouve ferré , froissé dans une foule , ou entre un char & une muraille , &c.

Toutes les fois que quelques-unes de ces causes ont eu lieu , il peut s'ensuivre un vomissement , un crachement ou un pissement de sang , des syncopes poussées au plus haut degré , des per-

tes ; l'avortement & ses suites ; des hernies instantannées , ou la chute d'une ancienne. Si la contusion des viscères est considérable , leurs vaisseaux étant brisés , l'épanchement aura lieu ; ou sans épanchement , ces vaisseaux perdront leurs forces , le sang croupira ; & si les viscères étaient déjà affectés auparavant , quels désordres ces nouveaux accidens ne porteront-ils pas dans l'économie animale ? Enfin si la moelle épinière a souffert de la commotion , de-là la paralysie des extrémités inférieures , &c.

On apperçoit assez que les indications curatives sont à-peu-près les mêmes que dans les maladies précédentes , & qu'il faut mettre en usage tout ce qui peut calmer la douleur , prévenir l'engorgement & l'inflammation des parties lésées , froissées , &c. Or le plus grand & le plus parfait repos doit aller de pair avec les saignées , le régime , & tous les remèdes généraux convenables dans ces cas ; il doit être de la même

nature & soumis aux mêmes regles que celles que nous avons établies pour la cure des maladies aiguës en général, & que nous établirons encore pour d'autres maladies de la poitrine & du bas-ventre, à-peu-près semblables.

Si le blessé avait perdu connoissance par l'une des causes mentionnées plus haut, il faut lui donner le moins de mouvement qu'il est possible ; éviter sur-tout de le secouer ou de l'agiter, dans la vue de rappeler le sentiment ; car ce ferait formellement le tuer, en augmentant l'épanchement, s'il avait eu lieu.

Enfin il faut bien se garder de compter les jours qu'on fait passer aux blessés dans le repos ou même dans le lit ; il vaut mieux outrer les précautions que d'en manquer ; d'autant plus que souvent on ne peut pas juger exactement tout le mal, & que le désordre qui se manifeste d'abord, n'est qu'une petite partie du mal réel. Il arrive même assez souvent

qu'on ne découvre aucun mal les premiers jours , & qu'il ne se déclare que lorsqu'il n'est déjà plus tems d'y remédier. Tant de malheureux ont été les victimes de leur propre négligence à cet égard , qu'on ne saurait fixer assez sur ce point l'attention des personnes de l'Art.

Maladies inflammatoires de la Poitrine.

Les maladies inflammatoires de la poitrine, telles que la pleurésie vraie, la péripneumonie , &c. présentent les mêmes indications curatives , par rapport au repos , que celles de l'esquinancie & des fièvres aiguës en général , nous ajouterons seulement que plus les accidens de l'inflammation sont graves , & la respiration laborieuse , plus on doit tenir le malade tranquille , dans un parfait repos & le plus à son aise possible. On peut aussi quelquefois dans la journée,

née, le faire asseoir sur son séant; cette position soulage la tête & facilite la respiration.

Si l'inflammation, au lieu de se résoudre, avait pris la voie de la suppuration, la maladie devenant alors chronique, & le mouvement y paraissant bien indiqué, on en fera l'emploi, comme nous le dirons dans le traitement des maladies chroniques du poulmon.

L'Hémophthisie, & les Plaies pénétrantes de la Poitrine.

L'hémophthisie & les plaies pénétrantes de la poitrine méritent trop notre attention pour ne pas nous y arrêter quelque tems.

L'hémophthisie, ou le crachement de sang étant souvent dû aux efforts de la poitrine qu'on fait en chantant, en criant, ou en toussant; d'autres fois aux mouvemens de colere, aux chûtes, aux coups & contre-coups; à l'action vio-

lente des muscles , pour élever de grands poids ; enfin aux courses forcées : toutes ces causes contr'indiquent l'emploi du mouvement & de tout ce qui peut donner de la rapidité à la circulation du sang. Il en est de même à l'égard des plaies pénétrantes de la poitrine , compliquées d'épanchement , ou de fracture des côtes.

Les indications du plus grand repos , à tous égards , & d'une situation favorable , sont donc assez positives dans la cure de l'hémophthisie & des blessures du poumon , en ce qu'il ne saurait supporter alors les moindres efforts , parce qu'ils augmenteraient l'extravasation du sang , & retarderaient la cicatrice.

Dès l'instant de la blessure du poumon , & à l'apparition des symptômes de l'hémophthisie , on doit donc tenir le malade tranquille , lui recommander de ne faire aucun effort , lui défendre de se livrer à des inspirations violentes , même de parler , ou du moins de ne

parler qu'à voix basse; d'éviter les vapeurs odorantes, capables de le faire tousser, éternuer; enfin porter la précaution jusqu'à lui interdire les différens mouvemens du tronc. Il est certain que plus on calmera le mouvement du sang, plus il y aura de tranquillité & de douceur dans la respiration, moins les muscles agiront, & plus les côtes, si elles sont fracturées, seront dans l'état de repos qui convient à leur réunion.

En effet ne fait-on pas que ce qui peut renouveler l'hémorragie, lorsque les vaisseaux du poumon ont été ouverts par une cause externe, doit aussi produire le même effet, lorsqu'ils le sont par une cause extérieure? Or si une artère était ouverte au bras, à la jambe ou ailleurs, on conçoit que rien ne serait plus ridicule que d'exciter le blessé à donner de l'action aux muscles qui environnent les vaisseaux rompus; que rien ne paraîtrait plus absurde que de panser fréquemment la plaie.

Cependant dans les plaies de poitrine avec épanchement , où l'hémorragie est souvent fournie par des vaisseaux plus considérables , où conséquemment l'on doit éviter avec le plus grand soin les différens mouvemens qui peuvent accélérer & rendre plus forte la réaction des vaisseaux sur les liqueurs , il est encore des Praticiens qui regardent la toux , les inspirations violentes , l'éternuement , &c. comme le moyen le plus simple pour faciliter par la plaie , l'issue du sang épanché ; & par la raison que l'on peut sans inconvénient , avoir recours à ces différens efforts dans l'empyeme de pus , ils pensent pouvoir également les employer dans les autres cas. L'expérience & les lumières de la Physiologie démontrent évidemment le contraire.

L'indication du repos total du corps & de la voix pendant le traitement des plaies de poitrine & de l'hémophthisie s'étend encore jusqu'après la guérison

pour prévenir les accidens consécutifs. Jérôme Mercuriel , en citant Pline , rapporte que Zozime , son affranchi , fut attaqué d'une nouvelle hémorragie , par les efforts qu'il faisoit pour recouvrer la voix.

Pour se convaincre de la nécessité du repos long-tems après la guérison , & de la contr'indication des exercices actifs , qu'on lise les Expériences curieuses faites par M. Hales , & qu'on en fasse l'application à l'état des hémophthifiques , on verra combien il est dangereux pour ces convalescens de faire des exercices violens , sur-tout des bras ; car quand un homme fait quelque effort , le sang doit être lancé dans les poumons avec une force prodigieuse. La nature de l'hémophthisie & de ses accidens présente ici une exception à la regle générale que nous avons établie plus haut , qui est de donner des frictions seches sur tout le corps pendant le traitement , afin de remédier , avons-nous dit , aux incon-

vénient du long repos, & pour suppléer au mouvement si nécessaire pour prévenir la stagnation des humeurs, rétablir leur cours & réveiller la chaleur naturelle. Ces frictions données pendant la maladie pourraient faire renaître l'hémorragie & retarder la cicatrice des vaisseaux lésés. Le seul moment où l'on pourrait les employer sans danger, serait lorsque le malade ne crache plus de sang depuis quelques jours; & dès qu'il se sentira assez de forces, c'est alors que l'usage des exercices passifs les plus modérés, pris à la campagne, sont bien indiqués, comme nous le dirons ailleurs pour la cure de l'empyème, &c.

Maladies des Mamelles.

Les contusions & les dépôts qui se forment par la coagulation du lait dans les glandes & dans les conduits laiteux des mamelles, sont ordinairement accompagnés, dans leur principe, de beaucoup de chaleur, de tension & de dou-

leur à la partie, & presque toujours de la fièvre. Le repos ayant été considéré précédemment comme un moyen salutaire pour calmer la vélocité du sang, & favoriser la résolution des tumeurs inflammatoires, il est assez inutile que nous dissertions ici sur la nécessité absolue pour remplir ces indications curatives.

Il est cependant une espèce de mouvement local qu'on pourrait donner aux fluides lactés, lequel ferait bien propre à prévenir ces dépôts laiteux dans les femmes nouvellement accouchées. Quand on voit qu'ils sont prêts à se former, on pourrait faire tetter la femme par un enfant fort, & qui tire beaucoup. La succion, en donnant un mouvement aux liqueurs engorgées, coagulées, tend à les dégager & à rétablir l'équilibre dans les vaisseaux lactés.

Ces maladies dégénérant le plus souvent en abcès, & quelquefois en squirrhe & en cancer, elles présentent tou-

jours les indications du repos, si ce n'est pas de tout le corps, au moins de celui des extrémités supérieures. Arrêtons-nous un instant pour faire connaître les inconvéniens du mouvement de ces parties, lorsqu'elles sont attaquées de squirrhe : prenons aussi cette maladie dans sa source, parce qu'elle nous présente, sous ce regard, les indications du mouvement en général. On nous permettra cette digression sur le mouvement, parce que ces deux objets sont inséparables pour donner l'histoire de la curation dont il s'agit, suivant les vrais principes.

La cause la plus ordinaire des squirrhe est internes : on la trouve dans la structure des glandes & dans la nature des liqueurs qui y circulent. Ces tumeurs sont quelquefois le produit des humeurs viciées, qui, en changeant de route par des causes qui nous sont inconnues, ont obstrué & engorgé les glandes lymphatiques, ou enfin elles sont occasionnées par la suppression des évacuations ha-

bituelles ou périodiques, telles que les regles chez les femmes. Joignons encore à ces causes le repos, la vie sédentaire, la paresse, &c.

Si l'on se rappelle ce que nous avons dit des effets du repos trop long tems gardé, on appercevra aisément l'indication du mouvement en général, mais modéré, pour donner plus de fluidité aux liqueurs & dissiper ces engorgemens lymphatiques; voilà pour ce qui regarde les indications curatives en général. Examinons celles qui sont particulieres au squirrhe, relativement à son siege; elles sont bien différentes, car elles exigent un repos local.

Cette humeur qui n'est encore que squirrheuse & indolente, & qui serait peut-être toujours restée telle, peut dégénérer en carcinome par plusieurs causes, & notamment par l'usage indiscret du mouvement de la part des extrémités supérieures. Nous avons dit ailleurs que tout exercice considéré dans l'homme

qui s'exerce , étoit un mouvement augmenté ; que ce mouvement recevait sa principale augmentation dans la partie qui agissait le plus , & que bientôt il devait s'étendre à toutes les parties, suivant les loix de la circulation.

En effet on ne peut mouvoir les bras que les muscles grands-pectoraux n'entrent en fonction ; & soit que la tumeur soit adhérente, ou non, les mouvemens musculaires accéléreront la circulation dans les vaisseaux voisins de la tumeur. Les filets nerveux seront froissés & tiraillés ; les vaisseaux engorgés , que la concrétion squirrheuse presse & comprime de toutes parts , ne pourront se dilater au point d'admettre , dans le même tems déterminé , une plus grande quantité de liquide. Alors il surviendra une inflammation légère , & de la douleur à la glande seulement. Si le malade continue de mouvoir les bras , la chaleur qui est le résultat du frottement actuel des solides augmentera ; les douleurs devien-

dront bientôt lancinantes & pungitives , la tumeur augmentera de volume , deviendra carcinomateuse , & de cet état à celui de cancer , il n'y a qu'un pas (1).

C'est ce qui arrive à ces femmes attaquées de squirrhe indolent , qui portent des corps baleinés ou qui se serrent trop la gorge ; à ces tricotteuses , & à toutes ces ouvrières dont le métier exige continuellement les mouvemens des extrémités supérieures (2).

D'où il suit que le repos local est absolument indispensable pour rendre le mouvement des humeurs doux , égal & modéré dans le squirrhe ; que l'endroit affecté soit mis à couvert du frottement & de la compression des habits , en le

(1) La friction sèche , qui serait le meilleur remède qu'on pourrait employer , lorsqu'il y a espérance de résolution , exciterait des douleurs plus vives.

(2) C'est ce qui a fait dire à Vansvieten , qu'on ne pourrait jamais employer plus à propos les aumônes publiques , qu'à nourrir ces malheureuses femmes , qui étant attaquées d'un cancer oeculte , sont néanmoins obligées de travailler pour gagner leur vie.

couvrant d'une peau très-douce & très-molle.

S'il a fallu en venir à l'extirpation de la tumeur cancéreuse, les indications curatives, eu égard au repos, sont alors les mêmes que pour les grandes plaies. Et si l'on a à traiter un cancer ulcéré, le grand repos du corps ne doit pas être observé aussi strictement; le long séjour du lit feroit nuisible, en ce qu'il interrompt le cours des esprits animaux, & qu'il contribue quelquefois au développement des principes scorbutiques. Au reste c'est au Médecin à diriger l'emploi alternatif du mouvement & du repos, eu égard aux accidens, aux forces & au tempérament de la malade.

Maladies du bas-ventre.

1°. De toutes les maladies aiguës qui peuvent attaquer l'abdomen, il n'y en a aucune qui ne soit soumise aux indications du repos & aux mêmes regles de pratique, que les maladies inflamma-

toires, les contusions ou contre-coups aux viscères, & les plaies pénétrantes de la poitrine. Ces maladies, lorsqu'elles attaquent l'abdomen, ne diffèrent entre elles que par le lieu, & le repos devient pour elles de précepte, comme pour toutes les autres, jusqu'à parfaite guérison; il est inutile par conséquent que nous entrions dans un plus grand détail à cet égard.

Nous ajouterons seulement pour ce qui regarde les plaies de l'estomac, que le malade en prenant ses alimens, soit solides, soit liquides, doit garder une situation propre à prévenir leur sortie par la plaie. Par exemple, si la blessure est à la partie supérieure de l'estomac, le malade doit se tenir assis, le tronc droit lorsqu'il les prend & pendant qu'il les digère; & si la plaie est au grand cul-de-sac, il se tiendra couché sur le côté droit, &c.

2°. Il est encore de règle qu'on ait recours au repos dans la cure des dif-

férentes hernies simples ou avec accidens, qu'on vient de faire rentrer par le taxis, ou qui ont exigé l'opération. Car il y aurait la plus grande imprudence de permettre à ces fortes de malades de se livrer trop tôt aux exercices violens qui secouent beaucoup les viscères de l'abdomen, ou à ceux de la voix, dans leur convalescence. Tout au contraire, on doit leur recommander de ne pas rester trop long tems debout, d'éviter l'éternuement, de prévenir les toux violentes & la constipation.

3°. Toutes ces indications du repos doivent être aussi les mêmes, sans cependant être aussi strictes, pour la colique néfrétique, & pour les personnes sujettes au pissement de sang, occasionné par le calcul des reins ou de la vessie. Sydenham, lorsqu'il se promenoit vivement, qu'il allait en carrosse, ou qu'il parlait un peu long tems, urinait le sang peu de tems après. La raison? On la sent; c'est que le mouvement de la voiture, &c. peut

rendre la vessie plus malade , par l'action de la pierre sur ses membranes.

Si le mouvement entraîne des inconvéniens dans le traitement de cette maladie , le repos trop long n'est pas moins funeste , en ce qu'il peut favoriser la formation de la pierre ou l'augmenter de volume ; nous l'avons prouvé ailleurs. On se rappelle les expériences de M. Hales , consignées dans son *Hæmaphysique* , qui tendent toutes à prouver que les différens degrés de chaleur & de froid qui se succèdent mutuellement , durcissent beaucoup certains corps , & que le calcul ou la cause première de cette maladie , pouvait se durcir , & s'était réellement durci bien des fois dans la vessie , par la chaleur du lit.

S'agit-il de l'opération de la taille ? On sent assez que la conduite à tenir à cet égard pour le repos , doit être semblable à celle que nous avons indiquée dans la cure des plaies en général.

4°. Le gonflement , l'inflammation des

vaisseaux hémorroïdaux , la chute du rectum (1), la fistule à l'anus , présentent aussi des indications formelles pour le repos ; si ce n'est pas celui de tout le corps , au moins celui des extrémités inférieures & celui de la partie. Or nous entendons par ce repos local , la nécessité de prévenir la constipation , qui donne naissance à ces maladies & qui leur est si nuisible. C'est pourquoi le malade doit rester au lit le moins possible , parce que la chaleur augmente la constipation. Et pour assurer davantage le repos de ces mêmes parties qui ont été affectées , on doit attendre leur parfaite consolidation , avant que de se livrer aux exercices ou aux travaux qui exigent la

(1) J'ai eu occasion , d'après le conseil d'un bon Praticien , de guérir des enfans incommodés depuis long tems de la chute du rectum , par la seule attention de les faire tenir de bout , lorsqu'ils voulaient rendre leurs excréments. En cherchant la raison de cette expérience , on la trouve dans la position avantageuse des intestins que cette attitude procure.

situation d'être assis long-tems, tels que les Cordonniers & les Tisserands. J'ai vu un Artisan de cette dernière espece, auquel j'ai aidé à faire trois fois l'opération de la fistule à l'anus, dans l'espace de deux ans. Je suis d'autant plus convaincu qu'il devait ses deux dernières attaques à son travail, qu'il reprenait trop tôt après sa guérison, que nous lui conseillâmes d'y renoncer, & que la fistule n'a plus reparu depuis. Occupons-nous un moment des parties de la génération dans les deux sexes.

1°. Pourrait-on méconnaître l'efficacité du repos dans les chûtes de matrice dans les engorgemens inflammatoires des testicules, du prépuce & du canal de l'uretre ? Il est d'expérience journalière, que la promenade, l'exercice du cheval (1), le mouvement de la voi-

(1) *Equitantes assidue libidinifiores evadere, quoniam genitalia continuâ attritione motionequē incalescentia spiritum concipiunt, sicque coeundi cupiditas inducitur.*
J. Mercurial, ibid. quò suprà.

ture, l'action même de se tenir debout, sont autant d'exercices plus ou moins nuisibles pendant la cure de la gonorrhée, & même quelque tems après sa guérison ? La compression en effet, le frottement & les secouffes auxquelles toutes ces parties & les voisines sont exposées pendant le cours de ces exercices, tendent à y exciter de la chaleur, des érections involontaires & fréquentes, l'inflammation, la dysurie, la stranguerie, le gonflement des testicules, l'augmentation, & d'autres fois la suppression de l'écoulement virulent, ou à le faire renaître après la guérison de la gonorrhée. En voilà bien assez pour forcer le malade à observer le repos, & même à garder le lit, pour peu que l'inflammation soit violente.

Cependant le long séjour du lit & la situation horizontale ont aussi leurs inconvéniens & leurs dangers, parce que la chaleur du lit augmente l'inflammation, les érections & les douleurs. C'est pour-

quoi le malade doit prendre , hors du lit , le repos qui lui est indiqué , & avoir le soin de porter un suspensoir pour soutenir le scrotum , les testicules & la verge : c'est un des meilleurs moyens accessoires pour calmer & prévenir l'inflammation & l'engorgement des vaisseaux lymphatiques , & la métastase de l'écoulement virulent dans les testicules. La prudence veut même qu'il porte ce suspensoir plusieurs semaines après sa guérison.

2°. Il suffit de se rappeler la structure des parties naturelles de la femme , & de réfléchir un peu sur les faits de pratique , pour appercevoir que dans les maladies aiguës qui affectent ces parties , il est absolument nécessaire de satisfaire à l'indication du repos , même le plus parfait. Voilà pourquoi on a l'attention , dans la trop grande abondance des regles , tant par la durée de l'écoulement que par le flux excessif , dans les hémorragies accidentelles de la matrice , dans les

pertes de sang excessives, qui suivent les couches, &c. de tenir la malade couchée horizontalement, & la tête basse, dans un lit plutôt dur que mollet (1), ou sur une chaise longue qui ait beaucoup de fond (2), & que non seulement on lui impose une immobilité presque totale, mais encore un silence absolu.

Les gens de l'Art ont beau conseiller le plus grand repos dans cette occasion, les gardes-malades ne remplissent jamais qu'à demi leurs intentions. C'est pourquoi l'on devrait entrer dans les plus petits détails avec elles, jusqu'à leur recommander de faire prendre à la malade les bouillons & les remèdes sans la soulever. En un mot il faut regarder une femme en cet état à-peu-près comme une personne saignée à qui on n'aurait point fait de ligature. Pour que la veine piquée

(1) Pour prévenir les mauvais effets de la trop grande chaleur du lit.

(2) Afin que les pieds de la malade ne puissent poser à terre.

se reprenne , & que les levres de la plaie se réunissent , il faut que le bras soit en repos ; à plus forte raison en faut-il pour la matrice , où le sang afflue par habitude & sans résistance. La malade doit rester couchée sur le dos , parce que la matrice souffre moins en cette situation que si elle était couchée sur le côté ; elle ne doit pas non plus se mettre sur son séant , ni parler , rire , crier ou chanter ; parce que le diaphragme & les muscles du bas-ventre donneraient des secousses légères , à la vérité , mais toujours nuisibles à la matrice. Ce qui importe encore plus , c'est qu'on doit éviter avec le plus grand soin tout ce qui peut troubler le repos du corps & de l'esprit , & éloigner la malade de tout bruit.

Au mois d'Octobre dernier , je donnais mes soins à une femme d'un caractère fort sensible , d'un tempérament sanguin & replet , qui avoit une perte de sang. Le parfait repos , & les autres moyens connus furent employés avec succès.

Depuis trois jours la perte étoit cessée , lorsqu'elle reparut tout-à-coup avec violence , au bruit du canon de l'Amirauté de Dunkerque , à l'occasion des réjouissances pour la prise de l'Isle de la Grenade. Il m'eût été difficile de faire garantir la malade des effets d'une telle commotion , quoique je l'eusse cependant prévenue , afin d'en diminuer l'effet. Je mis tout en usage pour calmer les nouveaux accidens que la frayeur & le bruit avaient causés. Ce fut l'affaire de quelques jours pour faire cesser totalement la perte. Mais à peine cette femme fut-elle rétablie , que sa perte reparut plus fort que jamais , & la convalescence devint très-longue. Son dernier accident avait été produit par des coups de pistolets que des enfans avaient tirés sous les fenêtres de la malade.

Cette observation prouve jusqu'à la dernière évidence la nécessité d'éloigner ces fortes de malades du bruit ; elle confirme encore les remarques faites

à l'occasion des plaies de tête , par Ambroise Paré , & Fabrice d'Hilden , que nous avons rapportées plus haut.

s. IV.

Maladies des extrémités.

Les parties molles & dures des extrémités sont exposées à des fractures , à des plaies , des ulceres , aux tumeurs inflammatoires , aux anévrismes , & aux accidens qui en sont les suites ; & leurs articulations aux distentions des ligamens articulaires , aux foulures , aux entorses , aux luxations , à des gonflemens , à des contusions , à des chocs , ou contre-coups , à des maladies inflammatoires , &c. qui peuvent produire des désordres de toute espece.

Si nous voulions entrer dans le détail de toutes ces maladies , pour les indications du repos , particulieres à chacune d'elles , nous ferions infinis. Nous nous contenterons de les généraliser , mais de

maniere qu'on en puisse faire aisément l'application aux cas particuliers.

Personne ne peut révoquer en doute que , dans la cure de toutes ces maladies aiguës , le mouvement , indiscrettement employé , ne produise des douleurs capables d'augmenter l'irritation , le gonflement & l'inflammation , qui sont assez souvent la suite des premiers désordres ; que le repos se présente comme le moyen de guérison le plus efficace que la nature puisse nous fournir dans une pareille circonstance , qu'il doit alors d'autant mieux mériter notre confiance que rien ne peut le suppléer. Car tout l'art doit consister à calmer ces douleurs , à combattre l'irritation & le gonflement des parties , & à prévenir l'inflammation & les dépôts funestes qu'elle peut occasionner.

Et si ces maladies menacent d'accidens, tels que la fièvre , le mal de tête , l'insomnie , le délire , les convulsions ; s'il y a eu hémorragie , &c. c'est alors que le plus grand repos de la part des choses

les

les extérieures est indiqué, & qu'il doit être observé très-scrupuleusement, suivant les regles établies plus haut.

Nous observerons qu'il n'est pas nécessaire, & qu'il y aurait peut-être du danger de prescrire le repos du corps entier pendant tout le tems de la guérison des maladies aiguës des extrémités supérieures, quand elles ne sont pas compliquées d'accidens graves; car on sait qu'elles sont en général moins fâcheuses que celles qui affectent les parties inférieures, supposant la lésion égale. On sentira cette différence, si on fait attention que le retour du sang se fait plus aisément au bras qu'à la jambe; parce que celle-ci supporte le poids du corps, au lieu que le bras peut être soutenu par l'écharpe (avantage que la jambe ne peut recevoir que du lit); & qu'outre le volume du sang qui circule dans les extrémités inférieures, la difficulté du retour de ce même sang l'oblige à remonter contre son propre poids: raison assez forte pour

satisfaire à l'indication d'une situation méthodique de la partie malade , pour assurer davantage le succès du repos (1).

Rien de si facile que de prévenir les inconvéniens du repos de tout le corps dans la cure des maladies aiguës des extrémités supérieures , puisqu'étant mises en situation convenable , la guérison peut également se faire sans qu'on soit obligé de tenir le reste du corps en repos. Ainsi lorsque le tems des premiers accidens est passé , c'est alors qu'on peut permettre au blessé de rester assis dans son lit , pour prévenir & diminuer la gêne de la situation horizontale du corps ; &

(1) Une écharpe mal mise , qui laisserait la main pendante & qui ne la soutiendrait pas , de façon qu'elle fût un peu plus haute que le coude , donnerait lieu à l'engorgement édémateux de la main. On sait encore que le pus le plus louable est susceptible de se putréfier par la chaleur naturelle , & de s'atténuer par le séjour & la stagnation , d'où naissent les elapiers , les fusées , les sinus fistuleux , &c. ce qui n'arriverait pas , si l'on donnait une situation méthodique à la partie malade qui est en repos.

lorsque l'état de ses forces lui permettra de se lever & de marcher, il fera fort utile de lui laisser prendre cette espece d'exercice modéré, ayant l'attention de mettre le bras en écharpe, & de faire en sorte qu'il soit à l'abri des grands mouvemens.

Si au lieu de tenir ces blessés à une diete sévere & ensevelis dans le lit, on leur permettait de se promener, sous la condition que nous venons d'imposer, qu'on leur donnât à manger suivant leur état, & qu'on attendît dans cette position les événemens, je suis persuadé qu'on verrait moins de ces malades languir des mois entiers dans le lit, tomber dans un état de maigreur & d'épuisement, causé par d'abondantes suppurations. Car il est trop ordinaire de voir dans les Hôpitaux de ces fortes de malades chez lesquels il se développe, par l'inaction, un principe scorbutique, des cours de ventre, une fièvre qui les épuise quelquefois si fort, qu'ils deviennent

alors sans ressource ; au lieu que si on leur prescrivait la promenade modérée, l'espace de deux heures par jour, à différentes reprises, on leur procurerait par-là, l'occasion de respirer un air plus pur, dont l'influence serait très-avantageuse pour l'économie animale ; l'on préviendrait les suites fâcheuses d'un repos trop long dans le lit. Si nous insistons à recommander le mouvement du corps dans la cure des blessures les plus graves, après la cessation des premiers accidens, c'est qu'à supposer que par leur nature il fallût en venir à l'amputation, elle serait plutôt praticable avec des espérances de succès. On nous objectera peut-être qu'un blessé n'a souvent pas assez de forces pour se soutenir ? D'accord : mais quoi de plus facile que de le faire marcher, en lui donnant des aides !

Pour mieux démontrer encore l'abus du trop long séjour dans le lit, faisons une réflexion qui s'étendra généralement

sur le reste de cet Ouvrage. Il en est de nos corps comme du fer qui s'use étant employé, mais que la rouille use bien davantage. Jamais le mouvement n'a rendu les membres perclus, & le trop long repos produit tous les jours cet effet en une infinité d'occasions.

Si l'on réfléchit qu'il y a dans l'espace où s'articulent les extrémités des os, une liqueur sinoviale propre aux mouvemens des articulations, & que lorsque cette humeur vient à être ou trop abondante, ou trop visqueuse, elle est plutôt un obstacle qu'un aide au mouvement dont il s'agit; que la partie alors devient lourde, pesante, & sans action; que les muscles & les ligamens se roidissent, & que cette viscosité est telle quelquefois, qu'elle va jusqu'à la concrétion, accident qui arrive presque toujours & très-promptement dans un goutteux, s'il ne marche pas; dans un blessé, si on ne remue pas son membre forcé au repos pour sa guérison, &c. &c. si l'on

réfléchit à tout cela , dis-je , on conviendra sans peine que l'abondance de la synovie , l'ankilose , la stagnation des humeurs , leur dépravation , l'inertie des solides , leur débilité , & tous les accidens détaillés plus haut sont les effets nécessaires du trop long repos ; & que l'indication de faire sortir du lit & de promener les blessés , aux extrémités supérieures , sur-tout quand leur guérison est lente , doit être réputée en Chirurgie , d'une nécessité absolue.

Lorsque ces mêmes maladies aiguës attaquent les extrémités inférieures , elles sont beaucoup plus fâcheuses , & leur cure exige un plus long repos que pour celles qui affectent les parties supérieures. Ce repos forcé pour la guérison , entraînant après lui des inconvéniens très-funestes , & pour le corps en général , & pour la partie malade , c'est ce qu'il faut examiner , ainsi que les moyens d'y remédier.

Qui n'a pas remarqué qu'à la suite

non seulement des grandes plaies & des fractures des extrémités inférieures , mais encore des plaies de la tête , dont la cure est longue , des maladies aiguës du tronc , de la paralysie , des douleurs cruelles de la goutte , du rhumatisme , &c. qui n'a pas observé , dis-je , que tous ces malades , accablés par les douleurs atroces , tombent bientôt dans une espece d'insensibilité & d'assoupissement , qui ne leur permet ni de sentir ni de se plaindre des mal-aises du corps qu'ils éprouvent ?

Tout le poids du corps pressant le côté sur lequel le malade est couché , il survient bientôt des accidens aux endroits où les os sont faillie , principalement au coccx : la pression que ces parties éprouvent est bientôt suivie de l'inflammation , de la gangrene , si l'on n'y prend garde. Ces accidens arrivent par la mal-propreté des linges , par l'humidité des déjections putrides , qui irritent & écorchent la peau. Ajoutons à ces accidens sensibles , ceux dont nous

avons fait l'énumération , en parlant des mauvais effets du repos & de la situation horizontale du corps long-tems continués.

Le remede à tous ces inconvéniens , nous l'avons déjà donné d'après M. Hales. C'est de changer souvent le malade de situation , afin d'éviter la formation de la pierre ; c'est de lui sauver la compression des parties par le même moyen , ou par d'autres équivalens ; c'est encore en mettant son corps à nud sur des alaises très-douces & très-seches ; enfin de le changer souvent de linge , pour lui éviter les fâcheux effets de la transpiration , & de l'humidité des déjections putrides. Ambroise Paré , qui avait été souvent témoin des accidens dont nous avons parlé , employa ces deux derniers moyens pendant le traitement de sa fracture (1).

Cependant tous ces moyens ne seraient pas suffisans pour rétablir les forces

(1) M. Petit , dans son Traité des Maladies des Os , dit qu'on ne peut trop exhorter les Chirurgiens qui

des blessés , pour donner de l'énergie aux solides , de l'activité aux humeurs stagnantes & ranimer l'action vitale si nécessaire à leur guérison ; il faut encore , comme nous l'avons dit ailleurs , les tirer quelquefois de leur lit , & les transporter sur une chaise longue d'un appartement dans un autre , à moins qu'il ne s'agisse d'une fracture , dont on craindrait de déranger les os : ce qu'on pourrait prévenir , en agissant avec précaution. Et qu'on ne s'imagine pas , comme on l'a cru long-tems , qu'il faut , dans la cure de ces maladies , que les blessés restent des cinquante ou soixante jours au lit , couchés sur le dos , c'est une erreur dont on s'est enfin détrompé.

feront chargés de la cure de ces blessures , de tenir toujours leurs malades le plus proprement possible , de les visiter souvent , d'obvier à leurs besoins , & d'écouter patiemment leurs plaintes. Ces préceptes si intéressans , on les trouve dans Hipocrate : *Meminiſſe etiam debemus exulcerari ejuſmodi partes , ſi diu in eodem habitu perſeuerent , & ægerrimè ad ſanitatẽ poſtea perducì. Tractat. de fractur.*

On pourra donc très-bien, au bout de trois semaines (tems auquel le cal a déjà une forte de solidité) transporter le malade sur une chaise longue; ou, si l'on n'ose absolument se permettre ce changement, donner au membre fracturé une posture dans laquelle il serait un peu plié : c'est la position dans laquelle tout animal tient ses membres quand il dort ou qu'il repose, & dans laquelle le plus petit nombre de muscles est tendu. Par ce moyen le blessé obtiendra plus de commodité de changer de place dans son lit, & de prévenir par-là l'excoriation des parties saillantes (1).

Enfin les frictions seches sur tout le

(1) Voyez la Nouvelle Méthode de traiter les Fractures & les Luxations, traduite de l'Anglais de Percival Pott, par M. Lassus. Ce petit Ouvrage combat vivement les préjugés qu'on a sur la nécessité apparente de tenir les fracturés dans leur lit pendant toute la cure; il indique les situations les plus convenables pour diminuer la gêne que l'immobilité du corps donnerait au malade. Le Traducteur l'a enrichi de Notes intéressantes, & qui donnent de la confiance aux moyens proposés par l'Auteur.

corps peuvent éminemment remplir les indications de ranimer l'action vitale.

Mais il ne suffit pas d'avoir porté notre attention sur les heureux effets du changement de situation relativement au tronc; les extrémités supérieures & inférieures étant blessées gravement, & restant longtemps dans la même place, sont encore exposées à des accidens non moins fâcheux. Car, outre que l'immobilité des articulations peut produire de la roideur dans les muscles & les ligamens, & par la suite l'ankilose, le prurit de la partie malade est de plus un accident très-commun dans les fractures, & la douleur qu'il cause est bientôt suivie d'inflammation & d'ulcération, si l'on n'y remédie. Ces démangeaisons excitent quelquefois les blessés à remuer involontairement leurs membres; ce qui peut déranger les pieces d'os fracturés.

Cet accident arrive d'autres fois par la faute des blessés, à ceux qui ont pris l'habitude de s'asseoir trop tôt dans leur

lit. Il est important de leur défendre cette situation jusqu'au moment où l'on croira qu'il n'y a plus rien à craindre, parce qu'étant assis, ils ne peuvent s'empêcher de faire quelques mouvemens des bras ; ceux-ci déterminent les mouvemens du tronc, & par succession les muscles des extrémités inférieures entrent en contraction, ce qui peut déranger les piéces fracturées, causer de la douleur, &c.

La multitude des blessés dans un hôpital est souvent cause que l'on ne peut tout prévoir ; aussi remarque-t-on que ces accidens sont plus fréquens dans les hôpitaux qu'ailleurs, à cause de la malpropreté qui y a donné lieu. En effet la compression, les matieres transpirables retenues & échauffées, forment avec la crasse des onguens & des fomentations une acrimonie qui enflamme & ulcere la partie. On peut prévenir cet accident, en soulevant quelquefois le membre & en le changeant de place. C'est dans cette

intention que Paré prescrit de lever l'appareil de trois en trois jours , pour donner de l'air à la partie & faciliter la transpiration.

« Le Chirurgien doit pareillement
 » prendre garde , dit-il , que la partie
 » blessée ait souvent une *flabellation* ,
 » afin qu'elle n'acquiere inflammation ,
 » aussi garder qu'elle ne soit ni trop
 » couverte , ni pressée. La *flabellation* se
 » fera , en changeant la partie de place
 » & la soulevant par fois. Tel précepte
 » n'est seulement à noter pour les fractures , mais aussi pour toutes les parties
 » blessées & ulcérées ».

Disons un mot des entorses & des plaies simples & légères en apparence.

Si on néglige trop le repos dans le traitement des violentes entorses , ou même dans celles qui ne sont pas suivies dès l'instant de vives douleurs , il résulte que les malades continuant à faire leurs fonctions ordinaires , d'aller & venir , dérangent par la marche les articulations

& y attirent une plus vive inflammation ; de sorte qu'ils rendent la maladie beaucoup plus grave , quelquefois même à un tel point , qu'il faut six mois pour guérir une maladie qui aurait disparu en six jours.

C'est pourquoi dès qu'on soupçonne qu'un tel dérangement existe , l'articulation n'eût-elle été qu'un peu forcée , si c'est au poignet , on doit faire porter la main en écharpe , & garder le lit ; si c'est au pied , le tenir bandé très-long-tems , même après que le malade se sentira parfaitement guéri , parce que s'il venait à faire de faux mouvemens , il recevrait de nouvelles entorses. Aussi arrive-t-il que lorsqu'on néglige ce mal , la force ne revient jamais entièrement , & que souvent il s'y manifeste une légère enflure toute la vie. D'autres fois on ne peut marcher sans boiter un peu , principalement lorsque le pied vient à poser sur quelqueendroit inégal & incliné. On doit alors prendre garde , jusqu'à ce que

le pied soit bien affermi , de ne marcher que dans des endroits unis & commodes , faute de quoi l'on risque de se faire une nouvelle entorse , ou de marcher toujours en chancelant & de mauvaise grace , à plus forte raison , si l'on danfait, &c.

On a proposé bien des moyens de guérison pour l'entorse. Il en est un auquel on n'a peut-être pas assez souvent recours : c'est une espece de pétrissage que l'on ferait de la partie affectée. En broyant, pour ainsi dire , (cependant avec une certaine précaution) en triturant les fucs visqueux arrêtés dans les ligamens des articulations , on donne à la circulation une activité qu'elle allait perdre , on empêche que tous ces ligamens ne fassent , pour ainsi dire , une masse obstruée dans laquelle le mouvement se perdrait tout-à-fait. Ne fait on pas qu'on fait tous les jours disparaître des ganglions assez considérables , en se contentant de les pétrir plusieurs fois dans la journée ?

Autrefois la volupté avait donné l'idée de se faire pétrir les membres dans les climats chauds , où l'exercice ne se fait qu'avec peine , & cette pratique avait ses avantages dans l'ancienne Rome. Cette opération était confiée aux mains de ces beautés que l'or soudoie. En condamnant ce qui ne se faisoit que pour des vues condamnables en elles-mêmes , ne pourrait-on pas profiter de ce que cette méthode a de bon en soi , & en faire l'application aux parties qui , ne pouvant se mouvoir par elles-mêmes , ont besoin d'un mouvement d'emprunt ?

Combien de préjugés funestes existent dans le vulgaire , à l'égard des plaies simples & des ulcères des jambes ! Les malades n'hésitent point de marcher & de rester souvent debout. C'est un de ces cas dans lesquels les gens de l'Art ne devraient rien négliger pour les convaincre de la nécessité d'un repos absolu , du moins pendant quelque jours , & pour leur prouver qu'au lieu d'être un tems

perdu pour eux , c'est un tems vraiment gagné (1). En effet la négligence à cet égard change souvent les plaies plus légères en ulcères , les ulcères les moins fâcheux en incurables , tandis que les plus invétérés se guérissent quelquefois par le repos du lit , & par l'application de la charpie brute , ou quelque moyen aussi innocent.

Mais en prescrivant le repos , nous ne prétendons point astreindre ces sortes de malades à garder le lit jusqu'à parfaite guérison : il suffit , comme nous l'avons déjà dit , qu'ils soient assis pendant le jour sur une chaise ; que le membre blessé soit élevé à la hauteur du niveau du corps , pour faciliter le retour du sang qui , dans les extrémités inférieures ,

(1) Celle fait assez sentir la nécessité absolue du repos , lorsqu'il dit : *Optimum etiam medicamentum quies est : moveri & ambulare , nisi sanis alienum est. Minus tamen his est periculosum qui in capite vel brachiis , quam qui in inferioribus partibus vulnerati sunt : minimèque ambulatio convenit , femine , aut crure , aut pede laborante. Lib. V , Cap. 2 , sect. 9.*

remonte par son propre poids & dans un éloignement bien considérable de la cause qui lui imprime son mouvement ; au lieu que s'il est gêné dans sa marche , la sérosité s'en séparera , transfudera au travers des mailles des vaisseaux , s'infiltrera dans le corps graisseux , dans le tissu cellulaire , causera un gonflement édémateux , & retardera la cicatrice de la plaie ou de l'ulcère.

Enfin dans tous ces différens cas où le repos est indiqué , lorsqu'on craint les inconvéniens de celui qui est trop long , les frictions , dont nous exposerons plus loin les effets , sont très-utiles , si on les emploie sur-tout non seulement sur la partie malade , mais encore sur tout le corps.

N. B. Nous ne parlons point ici des différens accidens qui peuvent encore survenir à la suite des maladies aiguës , même après leur guérison , tels que le raccourcissement des membres , l'ankilose , &c. qui demandent l'emploi le

mieux combiné du mouvement & du repos. C'est un objet que nous renvoyons à l'article des maladies chroniques, dans le chapitre suivant.

Ajoutons seulement ici une observation essentielle : la nécessité de recommander à la plupart des ouvriers qui ont été obligés de garder le repos pendant le traitement de certaines maladies aiguës , de ne pas se remettre trop tôt à l'ouvrage après leur guérison. Ce conseil regarde sur-tout ceux dont le métier exige des situations & des mouvemens contraires au parfait rétablissement des parties qui ont été lésées.



CHAPITRE II.

Indications suivant lesquelles on doit prescrire le mouvement dans la cure des Maladies.

Quotidiè evenit morbos quosdam capitis musicâ, alios morbos rusticatione, alios navigatione, alios venatione, alios saltatione, vel equitatione, vel peregrinatione desinere, qui antea nulli medicamini cedebant.

Baglivî.

QUE le mouvement & l'exercice contribuent à la conservation de la santé, qu'ils excitent la digestion, qu'ils raniment les esprits, qu'ils donnent une nouvelle énergie à l'ame, qu'ils fortifient tout le corps, & facilitent à la nature les moyens de vaincre les obstacles qu'elle a à combattre, c'est un fait à-peu-près incontestable. Mais qu'ils puissent procurer la guérison des maladies chroniques en géné-

ral , lors même que tout autre remède produirait à peine le même effet , ou que tous les secours de l'art seraient inutiles , c'est un fait qui n'obtient que très-peu de crédit parmi la plupart des personnes qui , tout en écoutant les gens de l'Art , lorsqu'ils recommandent l'usage des différens exercices , regardent cependant cette ordonnance au fond comme de style & d'usage , & plutôt comme une preuve de l'incapacité de les guérir , que comme un effet de la persuasion où l'on est que cette méthode doit être utile. C'est ainsi que , par une défiance hors de saison , les malades se trompent si souvent eux-mêmes & deviennent victimes de leurs faux préjugés.

Il en est , par exemple , qui du moment où l'on a jugé à propos de leur prescrire certains exercices , s'y livrent tout-à-coup & avec la plus grande violence. Qu'en arrive-t-il ? Ils reviennent chez eux si fatigués , si las , qu'ils se promettent bien de ne plus se servir du moyen

qu'on leur a indiqué, & qu'ils perdent ainsi toute espérance des avantages & de la guérison même qui en auraient résulté, s'il eut été employé avec modération. D'autres au contraire ne se donnant que peu de mouvement d'abord, ne s'en trouvent pas beaucoup foulagés, & sur le champ ils y renoncent, sans penser que le succès du moyen curatif qu'on leur avait conseillé, n'était attaché qu'à sa continuation; dès-lors ils s'imaginent, ils décident même tout haut que le pouvoir de l'exercice est une pure chimere mise en usage par les gens de l'Art lorsqu'ils ne savent plus ni que faire, ni que dire.

Voilà de ces préjugés ou de ces obstacles plutôt qu'on rencontre souvent dans la pratique; mais lorsqu'on connaît à fond les indications que présente une maladie quelconque, & qu'on a eu soin de prescrire l'espece d'exercice qui convient à chaque maladie particuliere, & selon certaines conditions essentielles, on a bientôt vaincu les obstacles & les

préjugés , par le succès qui résulte de ce moyen curatif.

Ainsi on doit, comme nous l'avons dit aux regles gymnastiques, faire prendre l'exercice indiqué pendant un tems déterminé , jusqu'à un certain degré, & sans perdre de vue que des constitutions différentes demandent des especes différentes & divers degrés; que les mêmes exercices ne conviennent point dans toutes les maladies & en tout tems, &c. &c.

Parmi les maladies où l'expérience a prononcé pour la nécessité du mouvement, que trouvons-nous, si ce n'est des désordres produits par l'épaississement de quelques-unes de nos liqueurs, ou par l'atonie, l'inertie des solides, &c. Examinons donc quelles sont les maladies produites par ces causes, pour exposer ensuite les indications qui réclament l'emploi du mouvement & l'espece d'exercices qui leur conviennent.

Nous suivrons ici le même ordre que

nous avons déjà suivi , c'est - à - dire , l'ordre anatomique. Ainsi les maladies générales , ou qui n'ont aucun siege affecté , précéderont celles de la tête , du tronc & des extrémités ; avec cette différence , que nous ajouterons à ce chapitre deux paragraphes de plus qu'au précédent.

Dans le premier , nous traiterons de l'ortopédie , ou des difformités du corps ; & les frictions , comme supplément du *mouvement* , feront la matiere du second.

S. I.

De l'état des Convalescens.

Les maladies aiguës souvent réitérées , les hémorragies fréquentes , les blessures considérables qui ont exigé un long repos , le long usage des remedes , des boissons aqueuses , la grande diete , &c. jettent quelquefois le corps dans un épuisement & un relâchement universel , & dans des maladies chroniques les plus caractérisées.

ractérisées. Les organes de la digestion sont sur-tout ceux qui sont le plus vivement affectés ; les vaisseaux affaiblis n'ont point assez de ressort pour pousser les humeurs & pour les empêcher de séjourner dans les différentes parties du corps. De là naissent nombre d'accidens ; les mal-aïses , la faiblesse , des enflures aux bras & particulièrement aux jambes ; accidens auxquels sont sujets presque tous les convalescens. En un mot , le corps a perdu l'aisance & la promptitude de ses fonctions naturelles.

En comparant les effets du mouvement avec ceux du repos , il est aisé d'appercevoir que celui-ci ne ferait qu'accroître la maladie & les accidens. L'indication du mouvement est donc bien sensible ; mais les malades sont quelquefois si affaiblis , si exténués , qu'avec la meilleure volonté du monde , ils ne pourraient faire un pas sans être exposés à des chûtes occasionnées par un étourdissement aussi facile à prévoir qu'il est

ordinaire dans un homme qui a resté long-tems au lit & dans la même position.

Ainsi, pour ne rien hasarder dans une pareille circonstance, il faut se contenter la première fois de mettre le malade sur son séant, sur le bord du lit, les pieds à terre. Quelque mesuré que soit ce mouvement il est encore quelquefois suffisant pour faire tomber en syncope. Cette épreuve étant faite, on doit placer le malade dans un fauteuil, l'y laisser pendant quelques heures, le faire lever ensuite & marcher tous les jours, & augmenter insensiblement cet exercice jusqu'à ce que le mouvement des membres soit devenu libre & les jambes plus assurées. C'est ainsi, & par l'usage des frictions sur tout le corps, qu'on peut diminuer cette grande faiblesse & mettre les malades bientôt en état de supporter l'action d'un mouvement plus puissant.

Il serait à desirer que les convalescens pussent faire ensuite usage des exer-

cices actifs qui tendent tous à fortifier le corps ; mais leurs solides n'ayant pas encore acquis assez de ressort, ces exercices actifs , bien-loin de rétablir leurs forces , les épuîseraient en occasionnant une dissipation trop grande ; ils ne pourraient non plus détruire les restes de la maladie primitive , ou plutôt ces principes d'obstructions qui résultent du repos trop long. Il faut donc avoir recours à l'usage des exercices passifs pour les convalescens qui ne peuvent soutenir que des mouvemens très-modérés. Car ceux qui ont été affaiblis par de longues maladies , étant redevenus pour ainsi dire enfans , ils doivent être traités de même.

Quoi de plus propre à remplir ces différentes indications que le mouvement de la chaise à porteurs, de la litière, de la voiture douce ! Cette gestation modérée est parfaitement bien indiquée à ceux qui sont dans le marasme , à la suite de la fièvre lente , des ulcères in-

ternes , des hémorragies , des épanchemens dans le bas-ventre , à ceux qui sont amaigris par d'abondantes suppurations ; à ceux qui sont si faibles & si débiles au sortir d'une longue maladie , qu'ils ne peuvent ni se soutenir , ni supporter la moindre fatigue , pour réveiller sans effort l'action des parties solides & des viscères , & leur rendre par degré leur ancienne vigueur : *Morbis & jam inclinatis morbis aptissima est gestatio* , dit Celse.

Mais parvenus à un certain degré de vigueur , c'est alors que les malades doivent monter dans une voiture roulante , & n'aller d'abord que lentement en rase campagne & sur la pelouse , jusqu'à ce que les forces leur permettent de supporter sur un terrain inégal & pierreux les violentes secousses d'un char moins bien suspendu.

Les convalescens ayant acquis plus de forces par ces différens moyens , l'équitation peut avoir son tour & con-

tribuer merveilleusement au rétablissement le plus prompt de leur santé. Cet exercice devrait même être préféré à tout autre plus actif, s'il restait encore de l'embarras dans les viscères ; car il est efficace dans les maladies qui sont la suite d'un sang épais & glutineux qui produit des stases, des obstructions dans le foie & les autres viscères ; dans les jaunisses les plus opiniâtres, & pour achever la cure des fièvres intermittentes, &c.

L'indication de ce moyen curatif nous est tracée par la nature même. Nous savons en effet par l'anatomie que tous les viscères sont adhérens à des moyens d'union qui les tiennent, pour ainsi dire, suspendus ; la sagesse même que le Créateur a fait briller dans tous ses ouvrages, ne nous permet pas de douter que ce mécanisme n'ait quelque but important, celui de n'avoir suspendu ces viscères que pour qu'ils soient agités & mis en mouvement par le diaphragme,

qui s'abaisse & s'élève continuellement par la respiration ; d'où il arrive que la circulation du sang qui , sans cela , serait languissante dans les viscères , & surtout dans le foie , se trouve accélérée.

Au défaut de ces exercices passifs , dont tout le monde n'a pas le moyen de faire usage , la promenade modérée est le seul exercice qui puisse y suppléer. Ainsi dès qu'un convalescent commence à marcher , il ne doit faire d'abord que de courtes promenades dans sa chambre ; le lendemain dans la maison , & après avoir essayé & raffermi ses jambes , il ira passer une ou deux heures du plus beau tems de la journée dans une promenade publique en plein air ; les jours suivans , il y restera plus long tems : ce n'est que par de tels ménagemens qu'il se mettra en état de reprendre ses exercices ordinaires , ou tels autres qui lui plairaient ; comme de petits voyages , la chasse , dont les effets sont propres à fortifier l'habitude de tout le corps ,

à provoquer la transpiration , à récréer l'esprit en même tems qu'ils fatiguent le corps (1).

Avant de finir , nous remarquerons que la fatigue des premiers jours est souvent un écueil contre lequel le faible courage de plusieurs convalescens échoue. Il est vrai que quand on a été long-tems dans l'inaction , à cause d'une maladie longue , les premiers exercices paraissent pénibles & faire plus de mal que de bien ; mais si les malades avaient alors le courage de surmonter leurs premières répugnances , ils sentiraient que c'est véritablement le cas où il n'y a que les premiers pas qui coûtent.

L'on sent assez que l'exposé de ces moyens curatifs , d'après les indications des maladies qui accompagnent ordinairement la convalescence , peut être

(1) *Exercitatio primò levis , deindè major adhibenda est ; maximeque , quæ superiores partes moveat ; quod genus in omnibus stomachi vitiis aptissimum est. Cels. L. IV , cap. 5.*

appliqué à beaucoup d'autres maladies chroniques du même genre; il est inutile par conséquent d'avertir qu'on y revienne au besoin , & dans tous les cas à-peu-près semblables.

Des Ecouelles.

La cause formelle de cette maladie paraît dépendre de la laxité & de la faiblesse des solides , d'une viscosité des humeurs séreuses ou lymphatiques, qui embarrassent les glandes conglobées ou conglomérées.

L'indication principale , dans la cure des écouelles , consistant à diviser & atténuer la lymphe grossière & visqueuse , pour désopiler les glandes & les autres parties obstruées , il est facile d'appercevoir que la nature , dans ces circonstances , a besoin du mouvement , dont l'effet est de rendre le ressort des vaisseaux plus libre , plus capable d'agir sur les liqueurs ralenties , & d'en accélérer le mouvement progressif. C'est dans

cette intention que l'on emploie tous les jours , dans la cure de cette maladie , des médicamens dont l'effet est de porter dans la machine le mouvement naturel des fluides à un degré supérieur à celui qui y régnait auparavant ; & l'on a même remarqué que ces médicamens ne réussissaient jamais mieux , que lorsqu'on les combinait avec des mouvemens musculaires forts & soutenus. Examinons quels sont les exercices les plus propres à satisfaire à ces indications , eu égard à l'âge , aux forces & au degré de la maladie.

Puisque cette maladie a son siége dans les glandes & dans les viscères , il est clair qu'il faut faire choix des exercices qui agissent particulièrement sur ces parties & qui secouent un peu vivement la machine ; il ne l'est pas moins que ces exercices doivent être proportionnés à l'âge & à la faiblesse du malade , & amenés à un plus haut degré de mouvement , suivant les forces & les circon-

tances où il se trouve. Ainsi l'usage du berceau, d'un lit ou d'un siege suspendu, est capable d'exciter du frottement entre les visceres, de ranimer leur action & la chaleur naturelle; mais ce qui remplirait plus efficacement encore l'indication d'exciter le mouvement musculaire, ferait l'usage des petits charriots traînés sur un terrain inégal & pierreux, & tous les autres exercices passifs, capables de procurer des secousses salutaires dans les visceres de l'abdomen, & surtout dans le mésentere, dont les glandes sont ordinairement gonflées, dures & squirrheuses; car tant qu'il est obstrué, il devient toujours la source des écrouelles; & si on ne le dégage pas, on ne peut se flatter de la guérison.

Les scrophuleux plus avancés en âge, ne retireraient pas les mêmes avantages de ce mouvement passif, il faut donc pour eux donner la préférence aux exercices qui sont plus capables d'augmenter le ressort des vaisseaux, de secouer

l'action musculaire, de faire agir les membres, & d'accélérer davantage le mouvement des liqueurs dans toutes les parties du corps en même tems. Telle serait la promenade d'abord, pour ceux qui seraient affaiblis par les suites de la maladie; ensuite le jeu du volant, de la paume, du mail, du ballon, &c. qui exercent le corps assez violemment, qui lui donnent une grande mobilité, & le rendent extrêmement souple & droit, en le contraignant de courir avec légèreté & la tête levée; car il est important quelquefois de mettre en action les muscles du cou, pour donner plus d'activité au cours de la lymphe épaisse dans les glandes qui se trouvent au-dessous de ces muscles, & de faciliter les mouvemens du cou, qui est le plus souvent gêné, lorsque ces glandes ont suppuré.

Mais un des principaux avantages des exercices que nous indiquons, c'est qu'en inspirant de la gaieté & de la vivacité aux scrophuleux qui sont ordinairement

mous, paresseux & indolens, ils ont encore l'influence la plus favorable sur leur économie animale, sur-tout quand ils sont pris en plein air.

« J'ai donné mes soins à deux enfans,
 » âgés de sept à huit ans, qui étaient l'un
 » & l'autre attaqués des écouelles dès
 » leur enfance : des remèdes que la
 » mere tenait de toutes fortes de mains
 » avaient été mal administrés ; un mau-
 » vais régime de nature ascétique avait
 » peut-être empêché l'efficacité des spé-
 » cifiques pris antérieurement, d'après
 » le conseil d'un homme instruit &
 » expérimenté. La mere qui aimait ten-
 » drement ses deux enfans, suivit enfin
 » fort exactement de bons conseils qu'on
 » lui donna : c'était de ne les pas tenir
 » enfermés comme auparavant, & de
 » les laisser jouer & courir avec leurs
 » camarades. L'un de ces enfans avait
 » un air triste & sournois ; & l'autre
 » quoiqu'aussi malade que son frere,
 » laissait entrevoir un petit espiègle.

» Celui-ci prit beaucoup plus de mou-
 » vement que l'autre , & l'on s'apperçut
 » bientôt de la diminution des glandes ,
 » de l'efficacité des spécifiques qu'on
 » lui avait administrés ; au bout de quel-
 » ques mois il recouvra la santé.

» L'autre qui n'était jamais que le spec-
 » tateur des amusemens & des jeux de ses
 » camarades , resta jusqu'à l'âge de douze
 » ans avec des glandes au cou , & des
 » articulations un peu gonflées ; mais
 » la mere convaincue qu'elle devait la
 » guérison de son cadet , autant à l'usage
 » du mouvement qu'aux fondans de
 » Rotrou , fit l'impossible pour distraire ,
 » égayer son aîné & lui inspirer le goût
 » de l'exercice & du mouvement. On
 » le menait souvent en voiture ; insen-
 » siblement il s'anima & reprit de la
 » vigueur. Mais comme il y avait un
 » peu de mauvaise contenance dans la
 » taille de cet enfant , qu'il penchait un
 » peu le cou , que ses articulations gon-
 » flées lui avaient donné une démarche

„ défectueuse , &c. je m'avisai de con-
 „ feiller à la mere de faire apprendre à
 „ son fils à tirer des armes , pour exciter
 „ en lui une forte d'orgueil , & le mettre
 „ en état de se montrer grand garçon vis-
 „ à-vis de ses camarades qui se raillaient
 „ de lui. La mere saisit cette idée , le
 „ jeune homme y prit goût , & l'on s'ap-
 „ perçut bientôt que cet exercice opé-
 „ rait un heureux changement & sur son
 „ caractère & sur sa santé. J'ai eu occa-
 „ sion de le revoir huit ans après cette
 „ époque : il est assez bel homme , &
 „ parfaitement guéri „.

L'escrime en effet est , à mon avis ,
 après les exercices précédens , un moyen
 parfaitement bien indiqué dans la cure
 des vices de la lymphe trop épaisse ;
 parce que cet exercice anime la circu-
 lation , qu'il secoue vivement l'action
 musculaire des extrémités sur-tout ;
 qu'il contribue plus puissamment que tout
 autre à l'augmentation des forces , à l'a-
 gilité , à la correction des mauvaises

attitudes & de certaines difformités du corps.

Mais pour obtenir du succès de ces différens exercices , il faut les continuer assez long tems , pour qu'ils puissent ramener la lymphe à sa fluidité naturelle , & la lui conserver. Ne fait-on pas que les écrouelles ne se dissipent guere que vers l'âge de quinze ans , par l'effet des forces des solides augmentées , & peut-être encore par l'effet de quelques mutations des fluides occasionnées par la révolution qui se fait alors dans les parties naturelles ?

Si le virus scrophuleux avait causé beaucoup de désordres dans l'économie animale , qu'il eût attiré de l'inflammation , que la fièvre lente fût de la partie , & que le malade fût très-affaibli , on sent bien alors que les exercices actifs ne pourraient être mis en usage ; mais l'indication du mouvement très-moderé existant toujours , il faut se conduire dans ce cas-là , comme pour

les convalescens , eu égard à la faiblesse du malade & à la nature des accidens.

Si l'on craint l'ankilose de la partie affectée , le mouvement est alors de précepte ; mais il doit être ménagé & donné avec précaution , comme on le dira ailleurs.

Du Rachitis.

Cette maladie , particulière aux enfans , est principalement due à la viscosité des fluides. Cet état , qui est peu différent des scrophules , présente les mêmes indications du mouvement , mais plus modéré , tant pour donner du ressort aux fibres musculaires , que pour dissoudre la viscosité des fucs , dissiper les obstructions & faciliter la circulation des fluides par tout le corps.

Le choix des exercices du corps doit être fait , eu égard à l'âge , à la faiblesse du malade , au progrès de la maladie & à ses suites.

Quant à l'âge & à la faiblesse , les

exercices passifs que nous avons indiqués pour les scrophuleux , satisfont éminemment aux indications curatives , d'autant mieux qu'ils portent leur action sur les viscères de l'abdomen , qui le plus souvent sont engorgés de suc lymphatiques. Un autre exercice auquel on devrait, je crois, donner la préférence, parce qu'il est plus capable de mettre en jeu le système des solides & de la masse des humeurs , de dissiper la langueur des membres , d'arrêter les progrès du rachitis , & de les prévenir, c'est le jeu de l'*escarpolette*, espece d'exercice mixte, qui, sans donner au corps des secousses trop violentes , peut néanmoins exciter des mouvemens subits, dont les effets peuvent être de la plus grande utilité.

En effet la pesanteur du corps de l'enfant , jointe aux mouvemens qu'il fait lui-même , étant balancé dans une *escarpolette*, oblige les ligamens à se relâcher & à s'allonger. Mais ce qui contribue le plus à cette allongement des

membres, c'est la peur qu'a l'enfant de tomber, parce que cette crainte lui fait faire des mouvemens extraordinaires, tous les muscles dans ce tems-là étant en action. La joie que ressentent au contraire quelques autres enfans de se voir ainsi bercés, leur fait faire des treffaillemens & des mouvemens extraordinaires, qui font d'un grand secours pour leur dégager l'épine & les membres.

Veut-on produire encore les mêmes effets par un autre moyen plus simple? les nourrices nous l'indiquent : c'est de chatouiller la plante des pieds ou les reins des enfans ; ce chatouillement leur fait faire des mouvemens qu'ils ne feraient jamais sans lui ; & ces mouvemens sont si efficaces, qu'ils suffisent quelquefois sans autre secours pour faire reprendre au corps sa rectitude naturelle, parce que les émotions considérables des membres assouplissent nécessairement les ressorts.

Si la maladie a fait plus de progrès,

& que le gonflement des articulations & la courbure soit des os longs , soit de l'épine , en devienne le résultat , on peut ajouter à l'usage de ces différens exercices celui des frictions sur toute la superficie du corps , pour dissiper les obstructions & pour procurer une libre circulation des fluides.

Mais comme les membres , entr'autres les jambes , se courbent toujours du côté où il y a le plus de muscles , de la même maniere qu'un arc est bandé par sa corde , il faut avoir soin de ne faire des frictions que sur la courbure des os , pour en relâcher les cordes , & non pas sur leur convexité contre nature ; car en échauffant ces parties , les frictions ouvrent les pores des fibres musculieuses , & les mettent en état de recevoir le suc nourricier ; les muscles qui tenoient alors les os tendus & courbés , se relâchent & s'allongent en même tems qu'ils reçoivent la nourriture ; l'affluence des sucs nourriciers se portant

bientôt après en abondance dans les fibres osseuses, les os doivent se redresser insensiblement & reprendre leur première figure. Aussi est-on quelquefois étonné lorsqu'on a fait un long usage des frictions, de voir des progrès dans la guérison du rachitis, & les enfans grandir après en peu de tems.

Jusqu'à ce qu'on ait obtenu ces effets, ou plutôt tant que les membres ont de la disposition à se courber, on ne doit point exciter les enfans à marcher, même avec la lièze, (plus susceptible d'inconvéniens à l'égard des rachitiques que pour les enfans qui se portent bien) ce seroit exposer ces petits malades à des difformités fâcheuses, soit en faisant courber davantage l'épine, ou pencher la tête sur la poitrine, soit parce que l'enfant étant debout, les os ramollis peuvent se courber; ou cherchant à appuyer un genou contre l'autre pour se soutenir, ils deviendraient cagneux. Par les mêmes raisons, l'usage de porter

les enfans au bras peut être nuisible, en occasionnant un vice de conformation dans les vertebres & dans tout le côté qui est pressé, à moins qu'on n'ait la précaution de les changer souvent de bras. Ainsi, avant que de faire marcher les rachitiques, il est important d'attendre que leurs jambes se soient fortifiées; & pour que cela arrive plutôt, il faut les laisser se remuer tout à leur aise, quand ils sont assis ou couchés.

Lorsqu'on croit qu'il est tems d'exercer sans aucun risque les extrémités inférieures des enfans rachitiques, les petits traîneaux à roulettes, & tous les charriots d'enfans dans lesquels ils sont debout & enfermés, nous paraissent suffisans pour les enhardir à faire quelques pas, & à se soutenir sur leurs jambes; car en poussant le traîneau d'un côté ou de l'autre, ils sont obligés de le suivre, ce qui ne peut se faire sans que les jambes agissent.

Cependant ces charriots sont sujets aux mêmes inconvéniens que l'action de marcher avec la lisière : le corps de l'enfant y est trop soutenu par-dessous les bras ; en sorte que le poids de son corps , que souvent il laisse aller par faiblesse , par ennui , ou par dépit , est soutenu tout entier par les épaules qui sont obligées de s'élever ; disposition irrégulière , qui peut passer en habitude pour la suite , d'autant plus facilement que la nature de cette maladie rend le corps plus disposé à prendre de mauvaises attitudes : il vaudrait mieux préférer l'action de marcher sans appui pour les bras , & exciter ces petits malades , par l'attrait du plaisir à des jeux capables de les amuser , en même tems qu'ils leur donneraient de la hardiesse pour courir.

Quoique les symptômes du rachitis soient dissipés , il faut néanmoins continuer l'usage du mouvement long-tems après la guérison de la cause , parce qu'au

fortir d'une maladie occasionnée par la faiblesse , le relâchement & l'humidité , le mouvement presque continuel secondera efficacement la dépuracion des humeurs & fortifiera le corps : c'est le seul moyen de prévenir les difformités que le germe de la maladie peut augmenter ou faire développer dans la suite. Les excercices qui conviennent alors doivent être actifs & pris avec les mêmes précautions que nous avons établies dans nos regles gymnastiques & à l'article des convalescens ; & quand on a l'indication d'exercices propres à corriger certaines difformités que le rachitis a produites , il faut se conduire à cet égard comme nous le dirons plus bas. Disons deux mots sur la place que le repos peut occuper dans le traitement de cette maladie , particulièrement dans sa convalescence.

Le repos dans le jour , sur-tout celui qu'on prend quand on est assis mollement , n'est point fait pour ces petits

convalescens , ni pour leur age , où la nature ne respire que le mouvement & la liberté pour se fortifier & s'accroître.

On se trouve bien pendant la cure de cette maladie , de faire coucher les enfans sur des matelas remplis de plantes aromatiques desséchées , tant pour empêcher l'augmentation du mal , que pour en prévenir le retour. En effet ce topique commode a la propriété de donner aux fibres de la force & de la vigueur ; & c'est ici que le conseil de Locke est bien salutaire , lorsqu'il recommande de faire coucher durement les enfans , parce qu'un lit dur fortifie les membres & qu'un mollet fond & dissout , pour ainsi dire , tout le corps.

On ne doit pas non plus laisser les rachitiques trop long tems au lit , sa chaleur & l'inaction du corps les affaiblissent de plus en plus ; mais si de bonnes raisons forcent la nourrice à laisser le rachitique au lit , quoique éveillé , elle doit lui rendre sa situation
aussi

aussi douce & aussi commode qu'il est possible ; & la nuit comme le jour , lui laisser la liberté de se remuer dans son berceau , sans quoi les parties emprisonnées dans les langes restent faibles , sans forces & sans soutien , & sont exposées à prendre une mauvaise conformation , d'autant plus que , dans cette maladie , les membres se plient & se courbent à la moindre compression.

On doit donc pendant le traitement de cette maladie , proscrire les maillots , les corps à baleines , les bottines , &c. qui ne servent le plus souvent qu'à déranger la texture des os , & à accélérer la difformité.

Nous devons aussi porter nos regards du côté de la nourrice ; car l'utilité du bon lait de celle qui allaite un rachitique est trop importante pour n'y pas faire attention ; & le mouvement est d'une nécessité presque absolue pour lui donner une bonne qualité.

Ainsi l'exercice modéré , particulié-

rement celui des bras, doit être également conseillé, & aux Dames qui nourrissent & aux Nourrices gagées, qui, dans les grandes maisons, menent ordinairement une vie sédentaire, capable de faire dégénérer le lait & de lui faire perdre l'activité qu'il doit avoir. C'est pourquoi l'action de coudre, de tricoter, de faire des nœuds, de frotter les meubles, de balayer, & tous les exercices qui consistent dans quelque travail qui oblige les bras à se mouvoir, sont convenables; par la raison qu'ils obligent le sang de marcher avec plus d'activité aux mamelles, & que le lait qu'il y déposera, se préparera toujours mieux. *Ne sit deses & otiosa nutrix*, dit Varanda, *sed a'acris, & ad suscipiendos labores comparata, potissimum in quibus brachiorum motus requiritur, ut sanguis ad mammas copiosior attrahatur, & lac melius concoquatur* (1).

(1) *Varand. de morb. mulier. Cap. 2.*

Du Scorbut.

Le premier & le second période de cette maladie nous présentent un épaisfissement des humeurs; les lassitudes, l'accablement, la tristesse, les douleurs vagues, le gonflement des extrémités caractérisent assez cet état des liqueurs, & nous montrent évidemment l'indication du mouvement pour réveiller le ton des solides, atténuer les humeurs, les rendre à leur fluidité ordinaire & rétablir les sécrétions; & ce qui donne un complément à cette indication, c'est que dans cette maladie la nature & l'art ne la combattent que par le mouvement.

Ainsi les exercices passifs, indiqués plus haut pour les convalescens, peuvent être utilement employés dans le traitement du scorbut; mais comme ceux qui en sont atteints perdent souvent l'usage des jambes, tant par la faiblesse & le gonflement des genoux,

que par le raccourcissement des tendons fléchisseurs , & que souvent leurs articulations sont dépourvues de synovie, ce qui y cause un craquement, même dans les vertebres, il est nécessaire qu'ils fassent aussi un usage journalier des exercices actifs les plus modérés, tels que la promenade, le jeu de boules, &c. dont les effets peuvent également s'étendre sur le reste de la machine.

Nous avons dit, en parlant des maladies aiguës, que dans les ulceres & les engorgemens des extrémités inférieures, c'était alors le triomphe du repos. Ici c'est une contr'indication, lorsque ces ulceres & ces engorgemens ont une teinte violette avec dureté, & qu'ils sont caractérisés scorbutiques; le mouvement, l'exercice, la marche pendant un tems chaud & sec, aidés des autres remedes connus, sont les seuls moyens les plus propres à dissiper ces engorgemens, à déterger les ulceres scorbutiques pour déterminer leur cica-

trice. En effet l'on remarque que ces engorgemens sont moins considérables & moins rénitens vers le soir , après avoir beaucoup marché , que deux ou trois heures après qu'on est sorti du lit.

Lorsqu'à l'épaississement des fluides , il succede un état de dissolution marquée dans les humeurs , l'usage du mouvement pourrait alors devenir pernicieux dans les degrés ultérieurs du scorbut ; car la fièvre est un accident fatal , qui n'est pas éloigné , & c'est ici le cas de dire : *non currenti calcar addere.*

Combien de scorbutiques , dont la maladie était parvenue presque à son dernier degré , se sont échappés de leurs hôpitaux ou de leurs maisons , dans l'impatience d'une guérison tardive , pour se livrer ou à leurs travaux ordinaires , ou à des exercices qui , quoique modérés , étaient au-dessus de leurs forces ! Quel a été le fruit de leur inconfidération ? Des accidens graves , des hémorragies internes , &c. au bout de

quelques jours ils sont morts sur leur grabat.

De la Vérole.

Le virus vénérien confiné depuis quelque tems dans la masse des humeurs, n'étant autre chose qu'un virus coagulant de la lymphe, qui s'embarrasse & s'obstrue dans les différentes parties du corps en général, présente ici, comme ailleurs, l'indication d'un mouvement excité & soutenu assez long tems pour détruire les effets de ce virus & les anéantir : la nature & l'Art n'emploient pas d'autres moyens (1).

Ainsi, soit qu'on administre les frictions, ou que l'on donne intérieurement les remèdes qui passent pour les spécifiques du virus vénérien, on doit favo-

(1) Le mercure en frictions, toutes les autres préparations de ce minéral prises intérieurement, les bois sudorifiques, les alkalis volatils, &c. n'agissent que par un mouvement augmenté dans toute la machine, qui chasse le virus au dehors.

rifier leurs effets par l'usage du mouvement musculaire externe , porté à un certain degré , & le soutenir pendant un tems convenable , pour combattre plus efficacement l'épaississement de la lymphe , & la cause dont il est le produit.

Les Praticiens éclairés sur cette méthode salutaire ne craignent pas de combiner le mouvement avec l'emploi des remèdes mercuriaux ; & bien-loin de tenir leurs malades en repos , ils leur font prendre avec succès beaucoup d'exercice pendant l'usage des frictions ; le tems fût-il même un peu froid , ils leur prescrivent de se promener au loin tous les jours , en se tenant bien couverts ; & au moyen de cet exercice , rarement les malades ont la bouche échauffée.

Quelques Praticiens prétendent , & j'inclinerais fort pour leur avis , que l'on devrait préférer dans la cure de cette maladie les exercices un peu vio-

lens , tels que la chasse , la course , l'action de monter à cheval , ou de marcher dans un chemin inégal & raboteux : les travaux même de l'agriculture , & tous ceux qui impriment des secousses un peu vives à toute la machine , & qui peuvent provoquer une abondante transpiration.

Vanſvieten (1) donne des exemples de guérison de la vérole , par le seul usage des exercices forcés , & nous assure que Fallope a vu des galériens guéris de cette maladie par les travaux les plus violens ; il ajoute même que ces fortes de guérisons sont assez connues dans nos galeres , dans celles de la Méditerranée sur-tout. Vanſvieten était d'autant plus fondé à nous faire ces détails , qu'il avait su lui même tirer un plus grand parti du moyen qu'ils indiquent. Appelé pour un jeune homme

(1) *Commen. Boer. in aph. T. V. aph. 1478 , p. 521. in-4°. Edit. Parisiis.*

de qualité, attaqué d'une vérole presque désespérée, & qui avait subi quatre fois le traitement par les frictions sans succès, il lui prescrivit les travaux les plus rudes de la campagne, & le guérit.

Or si le mouvement forcé & de longue durée a pu guérir seul la vérole invétérée, comme ces témoignages le prouvent, à plus forte raison cette méthode fera-t-elle couronnée d'un plus grand succès, lorsqu'on associera l'usage du mouvement avec les remèdes indiqués en pareil cas.

Il est aisé de se rendre raison comment des maladies vénériennes très-compliquées, telles que l'exostose, peuvent céder à l'usage de la décoction de gayac, dont la boisson serait prise à une certaine mesure, & suivie d'un exercice suffisant pour procurer la sueur. Le corps étant rempli par une telle décoction, il survient un plus grand mouvement dans les fluides; ceux-ci parcourront d'autant plus facilement les vaisseaux, que

l'action musculaire sera mise en jeu par l'exercice forcé ; d'où s'en suivra une fonte d'humeurs qui se porteront ensuite à la superficie de la peau : le succès serait même plus grand, si l'on s'exerçait au soleil.

Ajoutez que l'exercice violent d'un membre attaqué d'exostose , détermine & attire , pour ainsi dire, la vertu de cette liqueur aromatique vers la partie affectée ; & qu'il agit dans ce cas, comme les frictions seches, dont l'effet est d'attirer les liqueurs à la partie frottée.

« Un jeune homme attaqué d'exostose
 » vénérienne à la partie inférieure de la
 » jambe , & rebuté des frictions par la
 » gêne de ses parens , prit le parti de
 » lui-même , de faire usage d'une ti-
 » sanne sudorifique , & de se livrer sans
 » autre conseil que celui de son goût,
 » à toutes sortes d'exercices fatigans &
 » continus, comme de patiner sur la
 » glace, de faire des armes, & de danser
 » presque tous les jours. Qu'arriva-t-il ?

» Le hafard , ou plutôt un heureux
 » instinct, opéra tout ce que l'Art aurait
 » pu faire : l'exoftofe disparut au bout
 » de fix femaines ».

Conclusion; c'est que l'exercice forcé de tout le corps, & particulièrement celui de la partie affectée, seconde parfaitement l'action des mercuriaux, en augmentant le ressort des vaisseaux, en accélérant le mouvement du sang, en atténuant la lymphe & la mettant en état de pénétrer plus promptement jusqu'aux tuyaux excrétoires de la peau : enfin en chassant continuellement & conjointement avec l'action vitale, les humeurs par cet émunctoire.

§. II.

DES MALADIES DE LA TÊTE.

De l'Apoplexie.

Sans nous embarrasser du détail de ses causes & de son diagnostic, qui seraient déplacés ici, nous nous contenterons

seulement d'observer que le grand point de sa curation consiste à réveiller le ressort affoibli du cerveau, en interrompant le repos du corps, & en mettant en action toutes les causes qui soutiennent la veille. Ainsi le mouvement est capable de seconder ces indications urgentes.

Lorsqu'on aura donc employé les remèdes généraux pour réveiller le sentiment, on doit exposer le malade au grand jour & ne pas l'enfermer sous des rideaux. Ce moyen, quoique simple & trop souvent négligné, ne mérite point du tout de l'être.

Les apoplectiques ne doivent pas être couchés. Cette situation augmente la pente qu'ils ont au profond repos & au sommeil. Le sang se porte avec plus de facilité à la tête, lorsqu'on est dans la situation horizontale, que lorsqu'on est dans une position perpendiculaire, ce qu'il faut éviter, puisqu'on cherche à éloigner ou à détruire l'engorgement du cerveau. D'ailleurs cette

posture étant plus gênante pour des malades engourdis, elle leur servira comme d'aiguillon continuel pour troubler leur repos.

On doit tâcher de rappeler le sentiment & le mouvement par l'usage des frictions faites avec des étoffes grossières, sur les extrémités & le long de l'épine par le chatouillement à la plante des pieds du malade, &c. &c. Si ces moyens sont insuffisans, on est obligé alors, & c'est un point essentiel, de secouer, d'agiter beaucoup les malades, de les tracasser, de les impatienter même, de leur parler de choses qui les touchent vivement. On en a sauvé, en les faisant courir sur le pavé dans une charrette.

La connoissance étant revenue, le malade doit se donner du mouvement; il marchera d'abord soutenu par des aides, ensuite il montera en voiture ou à cheval, lorsque ses forces lui permettront.

L'apoplexie, sur-tout la sanguine, est

un tyran , qui ne fait que différer sa vengeance , & son glaive est toujours suspendu sur la tête de celui qu'il a une fois menacé. C'est pourquoi il faut, outre l'emploi des moyens préservatifs , faire usage pendant la convalescence , & longtemps après , des différens exercices qui agissent sur l'action musculaire : car le repos trop constant, la paresse, la langueur, l'apathie jettent dans le relâchement , au lieu que l'exercice du corps, pris tous les jours autant qu'il est possible , facilite & accélère le rétablissement parfait des sens internes & externes. L'expérience n'a-t-elle pas appris que le mouvement continué tous les jours pendant un certain tems , & si l'on entreprend un voyage , a été plus utile à ces malades que tout le fatras de remèdes qu'ils auraient pris, étendus dans un fauteuil ou dans un lit ?

La Paralyfie.

La paralyfie de tout le corps ou de

quelqu'une de ses parties est souvent le reliquat de l'apoplexie , ou elle est produite par différentes autres causes. Elle differe de l'apoplexie en ce que le malade n'a pas perdu l'usage de la raison ; mais les mouvemens volontaires sont languissans ou totalement détruits.

On fait que l'indication principale dans la cure de cette maladie est de rappeler d'abord le sentiment , parce que dès qu'il est revenu dans une partie paralysée , il y a tout lieu de croire que la liberté du mouvement ne tardera pas à s'y rétablir.

Les frictions seches faites sur tout le corps , & plus particulièrement sur la partie paralysée , paraissent très-propres pour y rappeler la sensibilité. Ce moyen était fort connu des Anciens. Ils bat- taient à plusieurs reprises les parties paralysées avec des orties , afin d'y exciter un léger fourmillement ; ils augmen- taient de jour en jour la violence de l'urtication , jusqu'à ce qu'enfin les par-

ties devinssent très-sensibles & très-mobiles (1).

Quoique le sentiment soit rétabli dans les paralytiques , ils éprouvent presque toujours de l'engourdissement & une faiblesse générale qui les empêche de se livrer au mouvement actif si nécessaire alors pour accélérer la guérison. Il faut dans ce cas avoir recours aux exercices qui agitent & secouent violemment toute la machine : comme de voyager en poste ou de faire traîner le malade dans une charrette roulante sur le pavé.

La sensibilité & le mouvement étant rétablis dans un paralytique , il faut prévenir le retour de leur perte , fortifier la partie affectée & tout le système nerveux , par les exercices actifs les plus violens , & dont les effets s'étendent

(1) Tout récemment on a eu recours à l'Electricité : il semblait qu'on devait tout attendre d'une commotion qui ne paraît épargner aucune partie ; cependant le succès n'a encore répondu qu'imparfaitement à cette attente.

à toutes les parties du corps en général , tels que la promenade forcée à l'ardeur du soleil , la chasse , le jeu du volant , du mail , de la paume. Le dernier a cet avantage qu'il met également en action toutes les parties : & dès-lors il pourrait remplir la double indication de faire mouvoir les yeux & les paupieres qui restent ordinairement faibles , languissans & sans vivacité.

L'expérience de la paume serait également utile , dans la paralysie du pharynx ou de la langue , qui reste quelquefois épaisse & lourde au point de balbutier en parlant ; parce que dans ce jeu , on est sans cesse excité à crier ou à parler , soit pour faire des appels , soit pour compter son jeu , &c. Continuons les maladies des différentes parties de de la tête , qui peuvent être paralysées ou affectées de quelqu'autre vice particulier.

Le bégayement est quelquefois le résultat de la paralysie ; d'autres fois il

est comme le bredouillement & d'autres vices à-peu-près semblables, le produit du relâchement ou d'un resserrement des muscles de la langue, d'un épaisissement ou d'une humidité superflue dans cet organe, d'une humeur visqueuse collée au bord de la glotte ou aux environs (1); d'une frayeur subite, ou enfin d'une trop grande précipitation à parler, qui s'étend quelquefois jusqu'aux idées.

Dans ces différens cas l'action de lire à haute voix, de déclamer ou de parler lentement, paraissent très-bien indiquées, & c'est le seul moyen (si on en excepte les gargarismes analogues aux indications curatives, & les opérations chirurgicales sur le filet de la langue, quand il est trop gros ou trop court), de diminuer les grimaces qui accompagnent presque toujours le bégayement, &c.

(1) C'est ce qui cause aux enfans la parole entrecoupée.

& d'accoutumer insensiblement les muscles de la langue aux différens efforts pour la prononciation. A force de recommencer ces tentatives, on peut acquérir à la longue la facilité de prononcer comme il faut toutes sortes de mots; cela est si vrai, que la plupart des personnes qui bégayent ou qui bredouillent dans une conversation familière, cessent de le faire dans les occasions où elles sont obligées de s'écouter parler, & l'un des moyens le plus propre à diminuer le bégayement dans les enfans, ce serait de leur faire apprendre la musique de bonne heure, d'autant qu'en les accoutumant à la belle prononciation du chant, ce serait les accoutumer insensiblement à une bonne articulation pour la conversation.

Au reste la plupart de ces défauts venant quelquefois de ce que les enfans se pressent de parler avant que d'avoir une idée bien claire de ce qu'ils veulent dire, il arrive souvent que, faute de cette

idée claire, ils ont de la peine à trouver leurs mots, & que cette peine paraît sur leur visage; ce qui est une difformité. A cela je ne vois d'autre remède que de conseiller aux enfans ou aux personnes atteintes de ce défaut, une grande attention sur eux-mêmes pour ne rien énoncer avant de l'avoir bien conçu. C'est l'avis de Despréaux, qui peut être cité ici sans inconvénient :

- » Ce que l'on conçoit bien, s'énonce clairement,
- » Et les mots, pour le dire, arrivent aisément.

Les différens défauts dont nous venons de parler, pourraient encore se corriger par le moyen dont se servoit Démofthenes avec tant de succès. L'on fait que cet Orateur ne parvint à vaincre le défaut d'organe qu'il avoit reçu de la nature qu'en se mettant dans la bouche de petits cailloux, & en prononçant plusieurs vers de suite à haute voix. A l'aide de ce moyen & de plusieurs autres qu'il employoit encore, il parvint

à corriger chez lui la nature par l'art, & égaler la netteté & la beauté de son organe à celle de son éloquence & de son génie.

L'on m'a fait connaître un Acteur qui avait corrigé chez lui un bégayement considérable par les mêmes moyens que Démosthenes.

Ajoutons encore quelques mots sur l'organe de la voix & sur les autres défauts auxquels il est sujet.

L'organe de la voix est sujet à plusieurs incommodités, telles que le relâchement, la faiblesse des parties qui contribuent à sa formation, & quoique leurs causes soient quelquefois différentes, néanmoins elles sont soumises aux mêmes indications curatives, & il n'y a de différence dans l'application du mouvement indiqué, que par son degré & sa durée.

C'est ainsi que dans l'espece d'enrouement causé par une humidité superflue dans le larynx, & dans le relâchement

des cordes vocales , c'est une indication de donner du ressort à ces parties & de les dégorgier. Mais comme on ne peut en venir à bout qu'en les ébranlant avec force , il faut avoir recours à l'action de crier & de chanter.

La voix est-elle trop faible pour avoir gardé trop long tems le silence ? ce qui arrive communément à ceux qui relevent d'une longue maladie , ou qui ont eu une vive esquinancie , c'est alors que l'action de chanter , de déclamer de tems en tems pendant le jour , peuvent facilement corriger ce défaut.

Mais si cette faiblesse de la voix provient de la faiblesse du poumon , parce que la circulation y est lente ou que les bronches sont embarrassées par la mucosité , comme dans l'asthme humide ; il est clair qu'il faut alors favoriser la circulation dans ce viscere , & ce n'est que par le mouvement qu'on peut obtenir cet effet : cette idée est conforme aux principes que nous avons

établis , car lorsqu'on a des fucs nourriciers à attirer dans une partie , ou un fluide nuisible à faire sortir , l'exercice de la partie même accomplit ces effets. Mais dans ces différens cas il faut faire choix des exercices de la voix , les plus modérés , s'arrêter de tems en tems , lorsqu'on se sent fatigué , & reprendre lorsqu'on a acquis de nouvelles forces. Insensiblement les asthmatiques rendront le jeu de leur poitrine plus libre ; mais ces exercices ne doivent avoir lieu que hors le tems de l'accès.

Il existe encore un préjugé de défendre la musique aux jeunes personnes qui ont l'organe de la voix faible & la poitrine délicate ; l'expérience journaliere prouve le contraire. Je tiens de plusieurs gens de l'Art , qui ont vu , dans des couvens , de jeunes pensionnaires très-déliçates menacées de pulmonie , dont la vie paraissait prête à s'échapper au moindre souffle , & dont la mauvaise constitution a changé en se

donnant à la musique vocale. On les instruisait sans les contraindre, on paraissait ne vouloir que les amuser, & par ce moyen on réussissait à les former & pour la force & pour le talent.

Puisqu'il est d'expérience que les maladies & les incommodités des meres se communiquent assez souvent à leurs enfans, puisque les meres asthmatiques & qui ont la poitrine délicate, font ordinairement des enfans délicats qui pechent par la faiblesse de cet organe, pourquoi ne proposerait-on pas à ces meres de faire usage des exercices modérés de la voix? Si elles ne détruisaient pas leur propre infirmité, elles pourraient au moins en délivrer leurs enfans. Cette idée serait d'autant moins à rejeter que nous la croyons fondée sur le mécanisme des parties, & sur les lumieres de de la physiologie.

En effet les secousses alternatives des poumons accélèrent l'assimilation des
liqueurs

liqueurs de la mere , & favorisent celle des fucs de l'enfant. Le placenta , dont les mouvemens répondent à ceux de la poitrine & du bas-ventre de la mere , étant plus secoué , agit avec plus de force sur la matiere chileuse qu'il reçoit & en rend l'assimilation plus parfaite ; & c'est à l'aide de cette économie que l'enfant nourri de bons fucs , profite & jouit d'une organisation parfaite.

§. III.

Maladies du Tronc.

Les maladies aiguës de la poitrine , soit de cause interne , soit de cause externe , n'ayant pas été terminées par la révolution , donnent quelquefois lieu à des dépôts enkistés dans la substance du poumon. C'est , de l'aveu de tous les Praticiens , une maladie dangereuse & des plus cachées.

Dès qu'on est sûr qu'il existe une vomique dans le poumon , il est impor-

tant d'en procurer la rupture pour la faire vuidier par l'expectoration : au lieu que si on attendait qu'elle s'ouvrît dans la cavité de la poitrine, le pus s'y épanchant, l'étouffement pourrait s'en suivre, & l'on n'aurait peut-être pas le tems de faire l'opération de l'empyeme. C'est donc une indication de mettre en usage tous les moyens capables d'exciter les différens efforts du corps & de la poitrine, tant par les différens exercices de la voix que par les exercices passifs.

Les exercices de la voix semblent bien indiqués en ce cas ; mais ils peuvent aussi, en dégorgeant trop brusquement le sac, inonder les bronches & suffoquer le malade : d'ailleurs ces exercices ne sont pas toujours du goût des malades attaqués de la vomique.

Les secousses d'une voiture, celles que le trot du cheval occasionne (si les forces ne sont pas trop épuisées), procureraient plus efficacement & plus sûrement la rupture de la vomique.

Cependant il ne suffit pas pour la guérison qu'on ait rendu le pus contenus dans l'abcès du poumon ; pour peu qu'il en reste , il peut donner naissance à l'inondation purulente de la partie affectée , à l'étiisie , à la phthisie , à l'asthme , &c. ce qu'il est important de prévenir en entretenant l'expectoration par tous les moyens connus , & notamment par l'exercice agissant sur les viscères de la poitrine.

Mais comme tout exercice un peu violent pourrait causer l'émophthisie ou une inflammation mortelle dans le poumon , on doit alors faire choix des exercices passifs les plus modérés , tels que la chaise à porteurs , la litiere , la voiture traînée lentement sur la pelouse , le mouvement d'un bateau sur un fleuve tranquille , &c. (1) & c'est le matin

(1) *In debilibus ægris à uestione in curru præstat incipere ; dein crescentibus viribus equitatio suadetur ; hæc autem exercitia optimè conducunt matutinis horis*

sur-tout qu'on doit faire usage de ces exercices ; parce que les crachats ayant acquis une certaine coction pendant la nuit , l'expulsion de la matiere purulente en sera plus facile , d'autant plus que l'air du matin , hors des villes & à la campagne , devient en même tems un bon antileptique & un excellent déterfis.

Les malades ayant acquis un peu plus de forces par ces exercices , c'est alors qu'on peut leur prescrire celui du cheval , d'abord au pas , ensuite au trot ; il a les plus grandes influences sur la poitrine , étant pris sur-tout le matin & à la campagne. *Nihil magis confert asthmaticis quàm debita equitatio & mora in aere rusticano* , dit Baglivi.

L'expérience avait appris à Sydenham à faire tant de cas de l'équitation , qu'il la croyait propre à guérir sans autre

post leve jentaculum ; pleno enim ventriculo difficiliù ferunt equitationem , vel & uestionem , tales egri
 Vansvieten. T. 4, p. 88.

secours, les maladies désespérées de la poitrine, pourvu que le dévoiement, si fatal dans ces circonstances, ne fût pas encore parvenu au point d'occasionner des sueurs nocturnes. Il rapporte à ce sujet des observations curieuses, & il avertit en même tems que ce n'est qu'autant que cet exercice est continué long-tems, qu'on peut se flatter d'une guérison radicale.

Il n'est pas inutile d'être prévenu des signes certains que l'exercice du cheval fait du bien dans ces cas-là : c'est qu'au lieu d'augmenter la vitesse du pouls, il la ralentit, c'est-à-dire, qu'il doit être moins fréquent une demi-heure après être descendu de cheval, qu'avant d'y être monté ; c'est aussi lorsqu'il augmente les forces, qu'il procure un bien-être, qu'il diminue la toux & l'oppression.

Les voyages de long cours, soit à cheval, soit en voiture ou à pied, suivant les forces & les circonstances, sont encore très-avantageux dans la cure de

ces maladies chroniques du poumon , & sur-tout à la fin de la guérison de l'empyeme. Ils contribuent infiniment à rétablir les fonctions de l'économie animale , & par le changement d'atmosphère qu'ils exigent , ils sont de beaucoup préférables à de petites courses ou l'on ne ferait que passer & repasser sur le même terrain.

Nous ne pouvons nous refuser au plaisir de rapporter ici une ruse d'un célèbre Médecin , homme de beaucoup d'esprit. Il envoyait toujours au loin de tels malades , quoique languissans. Les eaux minérales n'étaient jamais chez lui que le prétexte , la nécessité du voyage le motif.

Entr'autres il en envoya un à Spa qui avait la plus grande confiance en lui ; mais à peine le malade y fut-il arrivé qu'il reçut une lettre de son Médecin , par laquelle il lui marquoit qu'après avoir réfléchi plus mûrement sur son état , il jugeait que les eaux de

cet endroit ne lui convenaient plus , & qu'il fallait aller promptement à celles de Bareges. En y arrivant , autre lettre du Médecin qui l'avertissait , en vertu d'une nouvelle consultation faite sur sa maladie , de se rendre sans délai aux eaux de Saint - Amant : mais le malade écrivit en chemin à son Médecin qu'il n'avoit plus besoin d'eaux minérales & qu'il retournerait bien guéri. C'était justement ce qu'attendait son savant Esculape.

La navigation est encore un autre moyen bien salutaire , qu'on pourrait prescrire à ceux qui en ont la commodité. Si l'on en croit les deux Pline , les Médecins Romains envoyaient les pulmoniques à Alexandrie en Egypte , non seulement pour leur faire changer d'air , mais encore principalement pour les exposer à un plus long exercice. C'est ce qui a fait dire à Celse : *Si vera phthisis est , opus est longâ navigatione.*

Maladies du bas-ventre.

Il y aurait de quoi faire un volume, s'il fallait discuter les indications du mouvement dans la cure des maladies chroniques du bas-ventre. Il suffit ici que nous en donnions un aperçu général.

Ainsi la faiblesse & le relâchement de l'estomac, l'engorgement du foie, de la rate, du pancréas, & des glandes du mésentère (1) ; la jaunisse, la cachexie, l'hydropisie commençante & ses suites, l'hypocondrie, l'état vaporeux, &c. &c. toutes ces maladies ayant pour cause des humeurs en stagnation dans la plupart des viscères du bas-ventre, imposent la nécessité du mouvement.

Le Médecin doit donc le prescrire, parce que les remèdes pharmaceutiques,

(1) S'ils ne sont pas encore parvenus à l'état de squirrhe, car alors notre Art n'offre plus de ressources, & le mouvement serait alors nuisible.

qui sont indiqués dans la cure de ces maladies, ne pénètrent particulièrement qu'à la faveur de l'exercice, puisqu'après avoir été digérés dans l'estomac, l'exercice les fait passer plus facilement dans le sang.

Le malade doit encore en faire usage, par la raison que la vie oisive & sédentaire étant une des causes éloignées de toutes ces maladies, le moyen de les rendre incurables serait que le malade restât dans l'inaction.

Cependant dans leur traitement on doit faire choix des exercices modérés qui étendent leur action sur les parties malades, tels que la litiere, la voiture, l'équitation, & quelques-uns des exercices actifs des plus doux : car les exercices violens irriteraient au lieu de fortifier, & produiraient des accidens funestes, sur-tout si le malade se trouvait échauffé, & si son corps était dans un état de sécheresse.

Au reste ce que nous avons dit ail-

leurs des bons effets de ces différens exercices , les regles gymnastiques que nous avons établies , & le rapport que ces différentes maladies du bas-ventre peuvent avoir avec les maladies chroniques de la poitrine , tout cela nous dispense d'entrer dans de plus long détails. Contentons-nous de parcourir quelques maladies de la vessie & de la matrice.

1°. L'incontinence d'urine , quand elle provient de la paralysie ou du relâchement de cet organe ; l'ischurie vésicale, qui vient de l'engourdissement ou de l'atonie de l'organe , ou de la prostate gonflée par une humeur arthritique , ou par la présence d'un abcès situé dans le canal de l'uretre ou dans les environs ; ces deux maladies de la vessie , quoique différentes entre elles par leurs effets , présentent l'une & l'autre des indications du mouvement , soit pour donner du ressort à la vessie , dont l'action principale est de retenir son

fluide à propos ; soit pour aider son expulsion lorsque son séjour trop long peut y faire naître des accidens. Cette indication est si précise qu'on ne peut la méconnaître, puisque les effets du repos & de la situation horizontale ne feraient qu'accroître les accidens.

Puisque le mouvement est indiqué, il paraît que l'action de marcher, de sauter, de monter & descendre, de mouvoir les bras, de se tenir le corps suspendu par les mains est favorable aux indications. Car ces exercices, en étendant leurs effets sur les muscles abdominaux & sur ceux qui entourent la vessie, excitent une réaction même sur cet organe. C'est une remarque qui a été faite par Fabrice d'Hilden, & qu'il appuie d'une expérience qu'il avait faite lui-même.

Octogenarium cum doloribus ex retentione urinæ, propter abscessum in ductu urinario, afflictatum, curandum habui ; qui spatio quatuor aut quinque dierum

urinam reddere non potuit, nisi porrectis in altum brachiis, & projectis in funem ad id aptatum manibus, atque ita reliquâ corporis mole extensâ, non secus ac si torturâ afficeretur. Tandem rupto abcessu pus foetidissimum emanavit, dolores ac reliqua symptomata remissa sunt atque sic pristinam sanitatem, quâ adhuc Dei beneficio fruitur, recuperavit. Cent. I, p. 58.

Cette observation donne de nouvelles vues pour prescrire des exercices qui, par l'action musculaire, étendraient leurs effets sur une partie affectée par un amas de pus en maturation, pour faire crever le kiste, sur-tout lorsque ces abcès sont situés profondément dans les chairs, & dont l'opération serait dangereuse à faire. Il est assez ordinaire de voir des clous situés dans des parties soumises à certains mouvemens du corps, s'ouvrir par les moindres efforts que des ouvriers font en travaillant.

2°. Les pâles couleurs, la suppression des regles, qui mettent souvent obstacle

à la guérison de certaines maladies chirurgicales, jusqu'à ce qu'on ait rappelé leur écoulement, sont communément le fruit de l'indolence & de l'opiniâtre oisiveté des femmes, & le résultat du défaut d'action des solides sur les fluides.

L'indication principale étant de ranimer la circulation dans le système mésentérique, de détruire les principes d'obstruction, d'exciter une pléthore locale pour hâter le retour de l'écoulement périodique, on doit avoir recours aux exercices capables d'imprimer des secousses aux viscères du bas-ventre : ainsi l'action de marcher, de monter & de descendre, de courir, de frotter, de danser, &c. sont ce qu'il y a de plus convenable.

« Il faut, dit Paré, que la malade
 » chemine, saute, travaille, danse,
 » monte & descende souvent ; qu'elle
 » tire de l'eau d'un puits, & autres exercices, si elle les peut supporter ».

Ces exercices étant faits par degrés, & répétés tous les jours, c'est alors qu'on voit la bouffissure du visage s'évanouir ; que les joues & les levres brillent des plus vives couleurs ; que tout le corps reprend sa force & son embonpoint naturel. Aussi guérit-on plus sûrement & plus promptement par ces moyens simples & naturels, que par tous les remèdes pharmaceutiques, & sur-tout par les saignées du pied, que l'ignorance ou le préjugé ont adoptées.

3°. Disons un mot sur les moyens de faire expulser les corps étrangers introduits dans l'estomac ou les intestins.

On fait qu'il est important de ne les y laisser séjourner que le moins possible, pour prévenir de plus grands accidens. L'exercice du cheval, par des secousses légères, est bien indiqué dans ce cas-là, pour dégager le corps étranger ; mais avant que d'y monter, on doit tous les jours prendre un lavement,

pour qu'en entraînant les matieres , on facilite l'ouverture du passage au corps étranger. Dans ce cas-là encore le pas du cheval doit être préféré au trot & au galop , dont les secouffes vives & fortes , pourraient exciter des déchiremens ou des contusions aux parties exposées au choc du corps étranger. Cet exercice est meilleur le matin , & il faut le continuer jusqu'à ce que le corps étranger soit sorti.

C'est ainsi que M. Vigne , Chirurgien-Major des Gardes-du-Corps , s'est conduit avec succès à l'égard d'un Officier qui avait avalé un écu de six livres , qui ne parvint aux intestins qu'après avoir causé les accidens les plus inquiétans ; il sortit enfin par le secours de l'exercice du cheval au pas (1).

(1) Voyez la Gazette Salut. année 1775 ou 1776,



Maladies des extrêmités.

La goutte , le rhumatisme , les anki-
lofes , les roideurs d'articulations , la
paralyfie , l'atrophie , & la plupart des
autres maladies chroniques qui attaquent
les extrêmités , reconnaissent à-peu-près
les mêmes causes , & présentent toutes
des indications du mouvement. Tâchons,
pour abréger , de généraliser les objets.

*Des Maladies Arthritiques & Rhu-
matiques.*

La goutte & le rhumatisme ont beau-
coup d'affinité entr'eux , & leur cause
paraît être attribuée à la viscosité & à
l'acrimonie des humeurs : aussi voit-on
que le rhumatisme le moins équivoque
dégénere en vraie goutte , ou que ces
deux maladies confondues donnent lieu
à ce qu'on appelle *Rhumatisme gouteux* ;

la cure de l'un peut donc être appliquée à l'autre.

Le défaut de mouvement donnant lieu aux désordres qui résultent de ces maladies, & le travail de la nature, pour en dissiper les accès, ne nous permettant pas de douter que c'est à une augmentation de mouvement qu'est due la crise salutaire qui les dissipe, il est clair que le mouvement doit être le meilleur moyen de combattre & de prévenir ces maladies : *Otium podagram facit ; sanat verò exercitium*, dit Baglivi. Examinons cependant dans quel tems le mouvement leur est nécessaire, & de quelle espece.

La fièvre, l'enflure & la douleur fixée dans quelque partie du corps & quelquefois dans toutes les articulations en même tems, décelent ordinairement un accès violent de goutte ou de rhumatisme. L'état du malade est affreux, l'action de ses muscles est suspendue, le moindre mouvement augmenterait ses souffrances ; il craint le secours de tous

ceux qui voudraient l'aider ; il ne peut pas soutenir le poids des couvertures , & le mouvement qu'on imprime au plancher , en marchant dans la chambre du malade , redouble ses douleurs , &c.

Cet état est à-peu-près le même que celui des maladies aiguës ; il en impose assez pour prescrire au malade un grand & parfait repos , car tout ce qui trouble , dérange la marche de l'accès , retarde la crise & tend à transporter la matiere de la goutte sur des parties nobles.

Il y aurait cependant un très-grand inconvénient de laisser le malade dans une immobilité totale ; il serait bientôt perclus de tous ses membres , si on ne le remuait pas de tems en tems avec des alaises placées sous le dos & sous les cuisses , tant pour diminuer la trop grande chaleur du lit que pour changer de situation le corps & les membres souffrants , & diminuer par ce moyen les douleurs insupportables.

La grande violence du mal étant en partie diminuée, les douleurs que les malades ressentent encore, & la grande difficulté qu'ils ont à se remuer, sembleraient devoir empêcher l'usage du mouvement qui est alors le meilleur remède. Cependant il faut absolument l'entreprendre, & hâter le retour des forces dans les parties affaiblies par des frictions seches, & recourir ensuite à l'usage des exercices passifs les plus modérés, d'abord en se conformant exactement aux conseils que nous avons donnés à l'article des convalescens. *Podagrici, si aliter exerceri non possint, exerceantur voce, scilicet, vel libros altâ voce legendo, vel cum amicis colloquendo, vel canendo. Assidua namque lectio, & cantus recensentur à Plutarcho inter genera exercitii.* Baglivi Oper. lib. 1, cap. 9.

Le malade éprouvera bientôt que le mouvement du carrosse lui causera moins de douleur qu'il n'en ressentait lorsqu'il demeurerait au lit ou assis dans son fau-

teuil. Un autre avantage c'est qu'étant un peu fatigué par cet exercice passif, ou par quelques pas de promenade très-modérés, il dormira mieux la nuit suivante; au lieu que l'inaction & les douleurs permanentes éloignent le sommeil, & que d'ailleurs ces exercices, pris peu de tems après la cessation des grandes douleurs, sont capables d'empêcher la génération de la pierre, dont la matiere premiere, au rapport de M. Hales, est existante dans les goutteux. *Quiescere non conducit, sed exerceri....* dit Hypocrate. *Locis temperatis & in aere puro fiant exercitia... est enim destidia imprimis noxia*, ajoute Galien (1).

(1) Il y a quelque tems que je rencontrai un goutteux qui était assis sous une charmille; je lui observai qu'il était dangereux pour lui de se reposer trop long tems à l'ombre; que l'ardeur du soleil lui était préférable; il n'eut pas l'air d'ajouter foi à ce que je disais. J'ai su depuis, que deux jours après il fut attaqué d'un nouvel accès, plus violent que celui qu'il avait eu quinze jours auparavant. Croit-on que la fraîcheur de la charmille n'y ait pas contribué?

Le plus grand fruit que ces malades retirent alors d'un exercice constant & assidu , c'est qu'il les empêche de devenir impotens , ainsi qu'il arrive à plusieurs après un ou deux accès un peu longs.

En effet si les goutteux ne se donnent aucun mouvement , s'ils n'étendent point les jambes , sur-tout lorsque la douleur occupe le genou , les ligamens alors restent dans un état de contraction , les jambes & les pieds perdent la liberté de leurs mouvemens & se contournent de différentes manieres , par la présence des concrétions plâtreuses ou cretacées , qui se sont fixées aux articulations. Il arrive à-peu-près la même chose aux rhumatifans , sur-tout lorsque cette maladie est bornée à quelque membre. Rien n'est donc plus efficace que l'action des muscles qui en sont le siege. Ce remede est , à la vérité , cuisant , mais il opere bien.

Ainsi dès que les mouvemens des ar-

ticulations commencent à être libres , ou plutôt dès qu'on est délivré du paroxisme , & s'il n'y a pas d'autre maladie particuliere qui contr'indique le mouvement , on doit travailler à achever la guérison & à prévenir le retour de la maladie , par l'usage journalier des exercices actifs qui mettent le plus en mouvement les parties qui ont souffert.

Par exemple , outre les frictions , qui doivent toujours précéder les exercices , on peut faire usage de la promenade , de l'action de marcher par des chemins raboteux ; les jeux du volant , de la paume , la chasse , les armes , la danse , les travaux de l'agriculture , &c. acheveront de fortifier & de rétablir les mouvemens des parties.

Ces secours directs que la Gymnastique médicinale offre aux goutteux , ne sont pas toujours du goût de la plus grande partie de ceux qui sont sujets à cette cruelle maladie , sur-tout aux vieillards naturellement paresseux , & diffi-

ciles à remuer. Il est cependant certain que , pour se garantir de ses retours , ils devraient vivre du moins de tems en tems , à-peu-près comme nos artisans & nos manœuvres ; ou bien comme cet heureux Payfan , dont les articulations sont si déliées & que nous voyons , après un repas frugal , se reposer avec délice sur le gazon qu'il a semé & sous les arbres qu'ont plantés ses mains.

De la roideur des articulations & de l'ankilose.

La roideur des articulations & la courbure des jointures , qui donnent le plus souvent naissance à l'ankilose , sont ordinairement causées par la contraction des ligamens & des tendons des muscles , qui retirent les parties & qui les tiennent raccourcies , comme on le voit après la guérison des fractures , des luxations , de la goutte , du rhumatisme , de la paralysie , des plaies compliquées , &c. qui ont exigé un

long repos pour leur guérison ; ou enfin par la négligence du Chirurgien , pour n'avoir pas eu soin de faire mouvoir les articulations sur la fin des pansemens ; & si , par le repos forcé , ou par telle autre cause , la sinovie s'épanche , s'épaissit , se desseche , se durcit & engorge les glandes sinoviales , la coëffe ligamenteuse , les cartillages des articulations , &c. elle soudra bientôt les surfaces des os les uns avec les autres , d'où résultera l'ankilose.

Cela posé , il est évident que l'indication curative est de prévenir la perte de l'élasticité des muscles & des ligamens , de s'opposer à l'épaississement de la sinovie lorsqu'il s'opere , & de rappeler cette humeur lubréfiante à sa premiere fluidité ; lorsqu'elle a acquis une consistance contre nature , qui gêne & qui anéantit même des mouvemens qu'elle était destinée à favoriser.

Or le meilleur moyen de satisfaire à cette indication , est l'emploi du mouvement

vement des articulations , car aucun autre remede ne peut y suppléer. Cependant il y a des cas où des contr'indications manifestes s'opposent à son emploi dans certaines ankisoses ; & d'autres où ce moyen curatif doit être appliqué avec autant de précaution que d'intelligence. Expliquons-nous plus en détail.

Si l'ankilose , par exemple , est le résultat de l'état maladif des os , soit dans leurs faces articulaires , soit dans le voisinage des articulations , & qu'il y ait inflammation , gonflement des ligamens & des aponévroses musculaires ; la soudure des articulations étant le plus souvent regardée comme une ressource offerte par la nature , pour la conservation d'un membre ; dans ces cas il paraît qu'au lieu de s'opposer à cette maladie , l'art doit plutôt mettre en usage tout ce qui peut la favoriser. Car le mouvement même le plus modéré , s'il était employé , exciterait des défordres , augmenterait les accidens dont

la cessation ne peut trouver de reffources que dans le sacrifice du membre par l'amputation.

Si dans d'autres circonstances où l'ankilose ne peut pas être regardée comme un bienfait de la nature , le mouvement de la partie est le seul moyen sur le succès duquel on puisse compter ; il n'y a pas jusqu'aux cas qui semblent le plus éluder ses effets salutaires , où l'on ne puisse y avoir recours avec confiance.

Dans les luxations , par exemple , où les malades abusent trop long tems du repos , que la regle a prescrit au commencement , le mouvement est bien important pour prévenir la rigidité des ligamens & par la suite l'ankilose. C'est pour éviter cet accident qu'on doit , peu de jours après , lorsque la douleur & le danger de l'inflammation sont passés , faire faire quelques légers mouvemens à la partie avec toutes les précautions requises en pareil cas.

Si les os sont brisés dans les arti-

culations , l'épanchement du suc osseux dans ces parties semblerait devoir nécessiter l'ankilose ; cependant l'expérience des Maîtres de l'Art démontre que le mouvement dirigé avec intelligence peut la prévenir ; mais dans ce cas il faut attendre que le cal soit déjà un peu formé , crainte de renouveler la fracture. Les petits mouvemens doux qu'on donnerait en tous sens à la partie pourraient affaïsser alors la faillie du cal , & à la fin le jeu de l'articulation pourrait peut-être se rétablir.

Si au contraire la roideur des articulations , l'épaississement graduel de la synovie , qui forme une ankilose , proviennent de la goutte , de la paralysie , d'un très-long repos , ou d'une inaction outrée des articulations , sans solution de continuité aux parties dures & molles , & sur-tout sans inflammation & sans douleur ; alors il suffit de rappeler peu-à-peu les articulations à leur mouvement ordinaire , soit par l'action seule des

muscles qui s'y attachent, commandée par une volonté ferme qui surmonte la douleur des premiers mouvemens, soit par cette action augmentée par des forces extérieures.

Il est donc bien démontré que, pour prévenir & remédier à la rigidité des muscles & des ligamens articulaires, à la disposition & à la formation de l'ankilose, le mouvement est propre à satisfaire aux indications curatives : mais la connaissance du moyen curatif n'est pas suffisante, il faut encore savoir dans quel tems de la maladie son emploi est de précepte ; comment & à quel degré on doit en faire usage, relativement aux circonstances & aux suites de la maladie. C'est ce que nous allons examiner.

Nous avons dit plus haut qu'on ne devait commencer à remuer les articulations que quand la violence des douleurs, l'inflammation & le gonflement sont passés : il serait dangereux de les

mouvoir , tant que les accidens persistent, puisqu'ils peuvent augmenter. C'est pour l'avoir fait trop tôt, qu'on voit survenir du gonflement, des échimoses considérables, l'inflammation, la douleur, des convulsions, &c. à la suite des mouvemens inconsidérément excités dans cette circonstance, & que l'on est forcé à renvoyer bien loin l'emploi de ce moyen salutaire, qui ne manque ordinairement son but, que parce qu'on a négligé les précautions propres à en assurer le succès.

Ainsi, dès que le tems de la maladie permet l'emploi du mouvement, on doit avoir la précaution, à chaque pansement (si les malades ne peuvent le faire eux-mêmes), de mouvoir doucement les parties sans rien forcer, pour ne point attirer une nouvelle fluxion qui pourrait devenir plus fâcheuse que la première; & dans ces tentatives de mouvemens, qui doivent être continuées tous les jours, en les augmentant par

degrés , il ne faut donner que celui que la construction de l'articulation permet. Par exemple , on ne remuera en rond que les articulations par genou ; on étendra , on fléchira seulement les articulations par charnière , se gardant bien de porter ces mouvemens au-delà des bornes prescrites par la conformation naturelle.

Si au contraire l'humeur sinoviale , ou celle du cal , (répandue dans l'articulation ou dans ses environs) , avaient déjà acquis trop de densité & que l'épaississement des sucs qui remplissent les filières des ligamens & des aponévroses leur eut donné trop de roideur , pour que le mouvement ne pût être employé qu'avec des douleurs très-vives ; il faut bien se garder d'insister trop opiniâtrément sur ce moyen. C'est alors qu'il faut mettre en usage les frictions , pour suppléer aux mouvemens de l'article , & les combiner avec l'usage des moyens curatifs pris dans la classe de ceux qui sont propres

à remuer les solides & les liquides épaissis dans la partie affectée. Tels sont les fomentations, les bains, & sur-tout les douches, qui, outre l'atténuation de l'humeur épaissie, (par le moyen des parties aqueuses qui peuvent alors pénétrer jusqu'à elle), y excitent encore du mouvement & de la raréfaction.

En effet les douches d'eau chaude, données de fort haut, (cependant avec gradation), afin qu'elles pénètrent mieux, ont la faculté de broyer mécaniquement les fucs épaissis, par les chocs & les secousses qu'elles y portent; ils sont comme pétris par cet agent qui, par sa maniere d'agir, molle, douce & uniforme, assouplit encore les ligamens & les aponévroses engorgées, & devient par-là un excellent précurseur du mouvement actif, qui doit rendre aux pieces articulées la liberté de leur jeu, & faire dissiper l'ankilose.

Le malade pourrait ajouter aux douches quelques mouvemens modérés qu'il

exciterait lui-même , autant qu'il le pourrait , pour accoutumer les muscles engourdis aux contractions & aux extensions alternatives , que les fléchisseurs & les extenseurs se procurent réciproquement , quand ils agissent les uns après les autres.

Lorsqu'on est assuré que la synovie est atténuée & assez ramollie pour être résorbée par le mouvement , & que la partie peut être exposée , sans danger , aux effets des différens exercices propres à la rétablir dans son premier état (1) ;

(1) C'est encore ici un de ces cas de pratique , où les gens de l'Art sont le plus souvent contrariés : les parens , les amis du malade lui vantent des fomentations , des linimens , des pommades spécifiques , des fumigations ; ils lui font envelopper la partie affectée dans la peau d'un animal qu'on vient d'écorcher , ou insinuer dans la gorge d'un bœuf lorsqu'il est encore chaud.

Impatientés du peu de succès , ils s'adressent à un Renoueur , qui insiste sur les onguens , sur des embrocations faites avec du suif & l'urine du malade ; ou bien il pétrira , broyera la partie avec force , il excitera des mouvemens dangereux , dont les suites

c'est alors qu'on doit en diriger le choix d'après leur action particulière & immédiate sur la partie privée de ses mouvemens ordinaires ; en observant de commencer par l'usage des exercices modérés , & de ne prescrire les plus violens qu'aux malades qui ont recouvré leurs forces & qui se sont déjà accoutumés par degrés à ces fortes d'exercices.

Par exemple, si c'est l'articulation de l'humérus avec l'omoplate qui a souffert

obligent quelquefois au sacrifice du membre : & ce qu'il y a de plus impudent, c'est qu'il persuadera au malade & aux parens qu'il a été obligé de recasser ou de déplacer le membre qui, suivant lui, avait été mal réduit, &c. &c.

Au surplus , d'après les faits que nous avons recueillis dans plusieurs hôpitaux , à Aix-la-Chapelle sur-tout , nous nous croyons fondés à penser , à décider même que l'on perd un tems considérable par l'usage de ces topiques ; que les douches naturelles ou artificielles sont beaucoup plus efficaces ; que les meilleurs moyens que l'on puisse employer pour diviser & atténuer la sinovie , & pour allonger les tendons raccourcis , sont les mouvemens modérés & fréquens , & quelquefois un peu forcés , ayant toutefois égard aux accidens qui accompagnent la maladie.

de l'ankilose ; si les bras sont atrophiés ,
 affaiblis , ou se ressentent encore des
 effets de la paralysie , &c. rien n'est
 plus propre à achever la résorbtion de
 la sinovie , à rétablir le jeu de cette
 articulation , & à redonner de la force
 aux bras , que l'action de tourner une
 roue avec sa manivelle , de scier du
 bois , de limer , de se servir du virebre-
 quin , de lancer des pierres avec une
 fronde , de faire des ricochets avec des
 pierres sur la surface de l'eau , & tous
 les autres exercices qui font mouvoir
 dans tous les sens , la tête de l'humérus
 dans la cavité. On a vu plus d'une fois
 les Ouvriers qui se servent de la lime ,
 de la scie & du tour , recouvrer les
 mouvemens de leurs bras engourdis ou
 paralysés , dès qu'ils ont eu assez de forces
 pour retourner à leurs ateliers.

Si les mouvemens de l'articulation de
 l'humérus avec le cubitus , & ceux du
 cubitus avec le radius sont encore obs-
 curs , difficiles & gênés par les restes

d'une ankilose ; si les muscles & les ligamens de ces articulations sont roidis , au point qu'on ne puisse presque pas étendre le bras ou le fléchir , ni faire les mouvemens de supination & de pronation ; & si l'articulation de ces mêmes os avec le métacarpe est également endommagée : quoi de plus propre à remplir les indications curatives , que l'action de faire des trous dans du bois avec la vrille , de se servir du rabot , de la varlope , de jouer du violon , de tirer des armes ! Quels exercices plus agréables & plus modérés que les jeux du billeboquet , du billard , du palet , des quilles , &c. ! Mais ce qui serait plus efficace pour l'ankilose du coude ou la roideur de cette articulation , ce serait l'action de sonner , de tirer de l'eau d'un puits , de grimper à un arbre , ou pour plus grande commodité , étant chez soi , ce serait de se suspendre par la main , plusieurs fois dans le jour , à une corde attachée au plancher & divisée par nœuds.

De cette maniere on fait étendre peu-à-peu les muscles, & l'on s'apperçoit insensiblement que le bras s'allonge à mesure qu'on peut atteindre à un nœud plus haut. Ajoutons encore que l'action de porter un poids un peu lourd, le bras étendu, seconderait l'indication.

Le jeu du volant, de la paume, qui, en même tems qu'ils font mouvoir toutes les articulations du bras & de l'avant-bras, exigent encore plus d'activité & de vitesse que les précédens, rempliraient parfaitement toutes les indications. Celui du ballon, qui exige plus de forces & de nerf pour le lancer, acheverait la guérison que les autres auraient commencée.

Enfin, au rapport de Fabrice d'Hilden (1), les exercices violens des bras sont propres à atténuer & à faire dissiper les humeurs de nature rhumatifante qui se nichent quelquefois dans l'aponévrose

(1) Cent. 1, Obs. 79.

brachiale. Il dit en avoir fait l'essai sur lui même , & n'avoir pu guérir , quelques bons topiques qu'il eût employés , qu'en s'exerçant violemment des bras , & en les étendant avec force.

Si c'est le métacarpe ou les doigts qui ont besoin d'être rétablis dans leur mouvement , les exercices qui mettent en action toute la main , comme de jouer du violon , du cistre , de toucher du claveffin , &c. de coudre , de tricoter , d'écrire , &c. &c. sont propres à satisfaire aux indications que l'on aurait de rétablir l'agilité de ces parties , de dissiper l'engourdissement des muscles extenseurs & fléchisseurs (1).

A l'ignorance dans ces sortes d'exercices , on en peut opposer d'autres , tels que de prendre du sable à la poi-

(1) Cet engourdissement peut s'y trouver , & survient ordinairement par le repos qu'on est obligé de garder pendant la cure du panaris , des brûlures , des plaies , des fractures & luxations qui affectent ou la main entière , ou quelques doigts seulement.

gnée, de rouler un étui dans la main, de pétrir & de manier de la cire, de plier & d'étendre des lames de plomb, &c. On a souvent employé avec succès ces fortes d'exercices pour broyer & diviser l'humeur tophacée qui s'était jettée dans les articulations des doigts de la main, à la suite des accès violens de goutte, & qui avait produit une espece d'ankilose.

Il est peut-être d'autres cas chirurgicaux concernant les extrémités supérieures, où ces indications peuvent s'appliquer. Nous n'avons pas promis de tout dire.... Passons à la cure de ces mêmes maladies, lorsqu'elles attaquent les extrémités inférieures.

Lorsque ces maladies ont affligé les extrémités inférieures, on doit également avoir recours aux exercices qui mettent en action ces parties, eu égard au tems de la maladie, & en commençant par les plus modérés; tels que la promenade, l'action de monter & descendre

tantôt des escaliers, tantôt sur un plan incliné, le jeu de billard, du palet, l'action de nager, &c. dont les effets font de faire mouvoir modérément la tête du *fémur* dans sa cavité, en même tems que l'articulation du genou & celle du pied.

Le plaisir qui est annexé à la plupart de ces exercices est capable d'engager les malades à exécuter, sans s'en appercevoir, des mouvemens propres à ranimer la circulation dans ces parties, à donner du ressort & de l'activité aux muscles ; à faire dissiper les embarras que la goutte, la sciatique ont occasionnés dans les aponévroses ; à broyer & diviser la synovie trop épaisse des articulations, & à délier celles-ci ; à faire alonger les muscles roidis ou retirés ; enfin à procurer assez de force & de vigueur aux extrémités inférieures pour les mettre bientôt en état de supporter d'autres mouvemens plus actifs & plus violens.

C'est alors que le jeu du volant, de la paume, du mail, du ballon, la danse qui contraint de marcher vîte & de courir avec légéreté, la chasse qui force à chaque instant de marcher dans des chemins sablonneux, pierreux, ou dans des terres grasses & labourées, qui excite à monter, descendre, courir, sauter les fossés, escalader les haies; que le jeu des barres qui exige souvent que l'on coure à toutes jambes: c'est alors, dis-je, que tous ces exercices en mettant très-vivement en jeu les articulations des cuisses, des genoux & des pieds, contribueront beaucoup à dissiper les restes de toutes ces maladies chroniques, & à achever leur guérison commencée par l'usage des exercices modérés.

Si cependant on avoit l'indication de déterminer sur un côté affaibli du corps les forces nécessaires; tous ces exercices, qui mettent presque tout le corps en mouvement, ne pourraient convenir, &

c'est alors que le jeu du *saut à cloche-pied*, en étendant son action sur tout le côté du corps, qui porte sur le pied mis en action, y satisferait merveilleusement. On voit assez souvent des enfans plus faibles d'un côté que de l'autre, à la suite du rachitis, & même des adultes à la suite de la paralysie, &c. Si on leur inspirait de l'attrait pour le jeu du *saut à cloche-pied* sur la partie faible, amaigrie ou atrophiee, & qu'ils s'y adonnassent, on verrait bientôt l'inégalité des forces disparaître. Car il suffit d'exercer une partie pour la fortifier, les esprits s'y portent en abondance & lui donnent un volume, une consistance qu'elle n'auroit pas eu. Un Danseur a le gras de jambe fortement exprimé, un Crocheteur a les épaules énormes, chez un grand mangeur on trouve l'estomac très-distendu & très-fort.

On a cité quelquefois une observa-

tion de Ramazzini qui semble contredire le principe que nous établissons ; mais les gens instruits & les bons observateurs n'y verront qu'une contradiction apparente ; car autre chose est d'exercer une partie de maniere à la faire jouir du bénéfice de l'exercice ; autre chose est de fatiguer cette partie par des mouvemens assez long tems continués , pour qu'elle ne puisse fournir aux dépenses qu'on exige d'elle (1).

(1) Un Ecrivain de profession , qui gagnait beaucoup d'argent par son assiduité à ce travail , se plaignit d'abord d'une grande lassitude au bras droit , laquelle ne céda à aucun remede. Il fut ensuite frappé d'une paralysie parfaite. Cet homme s'habitua à écrire de la main gauche ; quelque tems après , elle éprouva le même sort.

Cette observation & toutes celles de ce genre semblent prouver que les parties peuvent s'affaiblir par l'exercice. Elles le peuvent sans doute , & ce qui fortifie les uns peut affaiblir les autres ; ce qui prouve que tout n'est que relatif. Développons un peu tout cela , & le fait de Ramazzini ne fera plus pour nous ni une contradiction , ni une énigme.

Chacun sait que la nécessité où les Ecrivains sont

*De l'Orthopédie, ou des difformités
naissantes du corps en général.*

Cette partie de la Chirurgie est peut-être la seule qu'on puisse taxer d'avoir été jusqu'ici ou négligée, ou beaucoup moins soignée que les autres. Ce n'est pas que beaucoup de gens de l'Art ne

de tenir sans cesse la plume, & de la mouvoir pour écrire, lasse leur main, & même tout leur bras, à cause de la tension continuelle & presque tonique des muscles & des tendons; ce qui fait qu'au bout d'un certain tems, leur main droite perd toute sa force & s'engourdit.

Rappelons-nous encore ce que nous avons dit des mauvais effets du mouvement, eu égard à sa longue durée, & les précautions que nous avons indiquées dans nos regles gymnastiques; dès-lors tout embarras fera dissipé, la contradiction entre le principe & les faits disparaîtra, & si l'on veut bien se rappeler que c'est l'exercice modéré qui donne de la vigueur aux parties, & qu'elles se débilitent quand on les exerce immodérément & jusqu'à la fatigue; que c'est l'excès du mouvement qui est nuisible, & non pas son usage prudent: s'exercer n'est pas s'excéder, dit un Moderne.

s'en soient occupés ; mais leurs observations sont si rares qu'on pourroit révoquer en doute sinon leur talent, du moins leurs succès.

Parlons plus vrai : c'est moins au défaut du génie de ces derniers qu'il faut attribuer le petit nombre de cures des difformités dans les enfans , qu'au manque de soins des peres, des meres, des bonnes & des précepteurs , qui les ayant toujours sous les yeux , les abandonnent à toutes les mauvaises attitudes où ils se laissent aller. La plupart de leurs difformités en effet proviennent bien plus de cette négligence de la part de leurs entours , que de la mauvaise conformation que leurs membres ont pu recevoir de la nature , ou de l'insuffisance des gens de l'Art pour les guérir.

Consultons à cet égard tous les Praticiens versés dans l'*ostéologie*, la *miologie*, &c. &c. que de moyens ils nous indiqueront soit pour prévenir, soit pour

corriger les difformités du corps dans les enfans , lorsqu'elles ne sont pas anciennes sur-tout ! Faire faire aux uns des mouvemens raisonnés , contenir , soutenir les membres des autres dans un repos parfait & dans la situation la plus favorable ; imaginer autant de moyens divers que le caractère de la maladie peut prendre de formes , & proportionner toujours ces moyens aux indications ; voilà ce qu'une connoissance un peu approfondie des deux sciences dont nous avons parlé , inspirera & apprendra toujours à tous les gens qui voudront s'occuper de cette partie de l'Art de guérir.

Cependant parmi les secours que la Gymnastique chirurgicale peut nous offrir à cet égard , il est important de savoir que souvent il n'y a qu'un seul exercice du corps capable de réformer une difformité : on perdrait bientôt tout le fruit des premiers soins , si l'on interrompoit trop tôt cet exercice salutaire , ou si l'on faisoit usage d'un autre dont

les mouvemens seraient contraires & totalement opposés à l'indication curative.

Parcourons rapidement les moyens qu'on peut opposer aux principales difformités soit du tronc, soit des extrémités.

Des difformités du Tronc.

Les parties osseuses du tronc, savoir les côtes & la colonne épiniere sont susceptibles de vices de conformation, que l'on a apportés en naissant, ou qui sont le résultat de quelques maladies : comme du rachitis, ou d'une mauvaise habitude contractée, enfin de l'enmaillement & des corps baleinés.

La forme naturelle de ces parties osseuses étant changée, les viscères doivent se trouver gênés ; de là naissent toutes sortes de désordres dans l'économie animale, qu'on ne peut se flatter de guérir radicalement, tant que l'on ne remédie pas à la difformité qui leur a donné lieu.

Voici les indications curatives que l'Art peut nous fournir soit pour prévenir, soit pour corriger ces vices de conformation, contenir ou exercer les parties difformes ; c'est là tout le secret, il ne s'agit plus que de l'étendre & d'en faire l'application.

1°. Par exemple, si la poitrine est ferrée, déprimée ou aplatie, il faut tâcher d'augmenter sa capacité. Or la Gymnastique brachiale nous fournit toutes sortes d'exercices propres à cet effet : tels que l'action de scier, de piler, de sonner, de ramer, de battre à la grange, de mouvoir une manivelle, & autres qui ont du rapport à ceux-là.

En agitant les bras avec violence, ils étendent leur action, par le moyen des muscles pectoraux & autres, sur les cartilages des côtes, & en développant la poitrine, ils font de la place aux poumons, aux viscères de l'abdomen, & rétablissent bientôt leurs fonctions primitives. Mais pour obtenir du

succès de ces exercices , il faut que les mouvemens des bras soient égaux & soutenus , afin de dilater également & d'une maniere uniforme la charpente osseuse de la poitrine.

Si ces exercices paraissaient trop violens , eu égard à l'âge & à la faiblesse , on pourrait en attendant que les enfans eussent acquis assez de forces , leur présenter un bâton assez long , pour leur faire tenir horizontalement par les deux extrémités les bras étendus. Par ce moyen , les muscles pectoraux étant contractés long-tems & souvent , ils contribueront également à la dilatation du thorax.

Ce petit exercice , peu fatigant , est encore propre à faire alonger les clavicules , & à faire rejeter en arriere les épaules des enfans , qu'on a trop serrées par l'usage du maillot , &c. &c.

2°. La colonne épiniere est exposée à d'autres difformités provenant des causes que nous avons indiquées plus haut.

haut. Tantôt c'est sa partie cervicale qui s'incline en devant ou sur les côtés, & qui fait suivre cette direction à la tête : tantôt c'est le cou qui est tourné ou roidi : ou bien cette colonne flexible forme des bosses ou des distorsions, &c. &c.

Si c'est le cou, qui a naturellement de la disposition à s'incliner en devant, à cause du poids de la tête, ou par la faiblesse & le relâchement de ses muscles, on peut aisément vaincre ce penchant, s'il n'est pas très-ancien, en déterminant & contenant la tête dans une situation toute opposée, pour la relever & la tenir droite. Un ruban attaché en manière de carcan, sur la tête, & arrêté derrière les épaules; la croix de fer & le collier, sont des moyens qui deviennent efficaces avec le tems, & qui sont connus de tout le monde.

Si la tête panche plus sur une épaule que sur l'autre, on n'ignore pas non plus que les meres ont recours à un bouquet

hérissé de pointes , placé sur le côté où l'enfant penche le cou , afin qu'en étant incommodé de tems en tems , il fasse chaque fois des efforts pour se redresser le cou , sur le côté opposé.

Un expédient que j'ai vu pratiquer dans un couvent , sur des pensionnaires qui penchaient la tête , me paraît bien plus efficace encore. La Directrice , qui en était chargée , en les faisant jouer à diverses sortes de jeux , leur proposait sans affectation de porter sur la tête une pelotte ronde ou tel autre objet facile à glisser , & leur disait que la regle de ce jeu était que , si on laissait tomber la pelotte en marchant , on donnerait des gages , ainsi que cela se pratique à d'autres jeux. On m'a assuré que cette méthode était presque toujours suivie de succès ; car à force de s'exercer à ce jeu , ces enfans s'accoutument bientôt à tenir la tête droite : j'en suis d'autant moins étonné , qu'il est plus rare de voir des Laitieres & autres gens accoutumés

à porter des fardeaux sur la tête , n'avoir pas la tête droite. La raison de cette rectitude est sensible ; c'est le besoin qu'ont ces personnes de porter leur tête toujours perpendiculaire & toujours levée , pour ne pas laisser tomber leur charge (1).

A l'égard des petits garçons , si on ne voulait pas les faire jouer au jeu que nous avons dit , on pourrait leur enfoncer le chapeau sur les yeux , & par ce moyen ils seraient sans cesse obligés de relever la tête pour voir les objets qui pourraient arrêter ou contrarier leur marche.

D'autres fois le cou des enfans est inflexiblement tourné ou roidi par l'effet d'une mauvaise habitude , ou parce qu'on a tenu l'enfant trop long tems dans le

(1) Il n'en serait pas de même si l'on chargeait de fardeaux lourds la tête des jeunes gens ; en comprimant trop les vertebres cervicales , cette pyramide peut se déjetter de côté , sur-tout si ce qu'on porte n'est pas parfaitement d'à-plomb.

berceau la tête tournée d'un même côté, pour voir, soit la lumière ou les autres objets de son amusement; de sorte que les muscles s'accoutument à ce mouvement, & le défaut reste.

Dans cette circonstance, on voit la nécessité de changer la position du lit de l'enfant; & soit qu'on lui parle, qu'on lui donne à manger, qu'on le fasse jouer, ou qu'on le mène en voiture ou au spectacle, on voit bien, dis-je, qu'en observant de lui parler, de lui donner à manger, ou en le plaçant toujours de manière à ne voir les objets curieux qui l'intéressent ou l'amuse, que du côté opposé au torticolis, nécessairement il fera des efforts, quelquefois subits, qui ramèneront les muscles du cou à leur direction naturelle. L'imagination fournit dans ces cas-là mille moyens de ce genre, qui peuvent devenir efficaces par la persévérance (1).

(1) On peut lire dans l'*Orthopédie* d'Andry, les

C'est ainsi que la nature , par des mouvemens secrets , travaillera d'abord en dedans , & elle se manifestera ensuite au dehors ; changement qui ne peut s'opérer par un mouvement passif , c'est-à-dire , par l'effort de la main ou d'une machine ; car c'est la nature qui doit tout faire ici.

3°. La colonne épiniere est sujette encore à d'autres difformités dans le reste de son étendue , & qui sont plus difficiles à corriger que celles du cou. Tantôt elle forme une bosse ou un enfoncement ; tantôt elle se déjette à droite ou à gauche , ce qui arrive le plus souvent dans sa région lombaire.

Ces vices de conformation procedent ordinairement d'un effort , comme il arrive souvent aux jeunes écoliers qui se plaisent à sauter ou à se porter les uns sur les autres ; ou d'une habitude vicieuse à se courber , à se pencher ,

différens moyens qu'il propose contre ces difformités ; on y trouvera des observations très-curieuses.

à se renverser , & qui fait qu'à la fin les parties osseuses accoutumées à être pliées dans un même sens , s'y durcissent & ne peuvent plus se courber dans un sens opposé , comme il arrive aux gens de cabinet , aux Laboureurs & aux Ouvriers , dont le métier est de se courber ainsi ; & aux malades qui ont resté long-tems dans un lit formant un creux dans le milieu ; enfin ces difformités proviennent le plus souvent d'un suc visqueux , qui aura , de lui-même , déplacé les vertebres de l'épine , en relâchant trop les ligamens , tel que chez les rachitiques , &c.

L'exposé de ces différentes causes exclut entièrement le repos ; & c'est le lieu à des mouvemens combinés , propres à étendre les muscles , qui unissent les vertebres entr'elles & qui tendraient à redresser l'épine.

Quant à la bosse , soit par devant ou par derriere , elle paraît incurable , à moins qu'elle ne soit commençante dans

un enfant. On a proposé beaucoup de remèdes qui n'ont pas encore eu l'effet qu'on en attendait : exceptons-en cependant la machine ingénieuse que M. le Vacher, Doyen de la Faculté de Médecine de Paris , a décrite dans son *Traité intéressant du Rachitis*.

Pour seconder l'efficacité de cette machine ou de telle autre du même genre , on pourrait mettre en usage les exercices qui tiennent le corps suspendu par les mains : si en même tems on faisait balancer le corps en le poussant en avant & en arrière , on augmenterait par-là son poids , on déterminerait davantage les muscles à s'allonger , & par conséquent les pièces osseuses à se redresser.

Le repos de la nuit doit être dirigé d'après les indications curatives ; c'est pourquoi le lit doit être plutôt dur que mollet & sans oreiller , & le corps bien étendu dans une situation horizontale ; de manière que la tête & l'épine

soient le plus qu'il se pourra en ligne directe.

Il faut aussi avoir l'attention, sur-tout à l'égard des jeunes gens, dont la taille se voûte, de ne les laisser coudre, lire, écrire, travailler ou manger qu'en posture droite ; il faut qu'ils portent plutôt leur ouvrage ou leur livre à leurs yeux, que leurs yeux à leur ouvrage ou à leur livre ; on en sent bien les raisons.

Tous ces moyens que nous venons de proposer pour la cure de la bosse du dos, peuvent également convenir à la tortuosité de l'épine, en quelque sens qu'elle soit. Ajoutons encore aux exercices qui tiennent le corps suspendu, les différentes machines connues, & les corcets rembourés appliqués sur la partie, hors le tems des exercices, & dès-lors nous aurons rempli toutes les indications.

Si l'épine fait un creux ou un enfoncement, ce qui est le contraire de la bosse du dos, les mêmes exercices sont

encore bien indiqués ; ceux qui font courber souvent le corps , tels que le jeu de boules , l'action de bêcher la terre & autres semblables qui contraignent le corps à se baisser souvent , sont encore plus efficaces : mais ce qu'on pourrait rendre plus agréable aux jeunes gens , ce serait de leur jetter des cartes , des épingles , de la monnoie à terre , & toutes choses en un mot qu'ils se feraient un plaisir de ramasser. Alors la situation qu'ils seraient obligés de prendre , contraindrait à la longue l'endroit creux de l'épine à se redresser par la suite : mais il faut de la patience , & comme dit le proverbe , *persévérance amene tout.*

Il est encore une autre espece de difformité de l'épine ; celle d'avoir la taille tout d'une piece , au point que les personnes ne peuvent mouvoir leur corps sans les extrémités. Alors on a l'air si contraint , qu'il semble qu'on ait un pieu planté le long de l'épine. Il

n'est pas extraordinaire de voir contracter cette mauvaise contenance à des convalescens qui ont effuyé des douleurs violentes de rhumatisme, de goutte, ou après des maladies dont la cure a exigé un long repos & la situation horizontale.

Il paraît que cette gêne dans la flexion & dans les autres mouvemens de l'épine provient de ce que les cartilages qui unissent les vertebres, sont trop ferrés, & moins souples qu'il ne faut, & que les os auxquels ils servent de lien, n'ont pas assez de jeu.

D'après cela, il est aisé de voir que les exercices, qui, par des flexions & des extensions répétées contribuent à dégager la tête, l'épine & les extrémités rempliraient bien l'indication; de ce nombre sont l'action de monter & descendre le long d'une rampe & tous les jeux qui obligent à sauter, &c. &c. &c.

Difformités des extrémités.

1°. Une difformité particulière aux épaules , c'est lorsque les omoplates sont relevés & que le cou paraît, pour ainsi dire , enfoncé dans les épaules. En recherchant la cause de cette mauvaise conformation , on la trouve dans les effets de la lisière avec laquelle on porte & suspend les enfans en les faisant marcher , ou bien parce qu'on les a assis à des tables trop hautes ou trop basses. La lisière en effet & la table trop haute font lever les épaules plus qu'il ne faut , & le cou paraît enfoncé ; la table trop basse oblige les enfans à se voûter , à élever & faire avancer les épaules en haut & en arrière. Pourquoi voit-on tant de difformités dans les Colleges ? C'est qu'il n'y a d'ordinaire qu'une même table pour les jeunes écoliers , de quelque taille qu'ils soient ; en sorte qu'elle est disproportionnée pour quelques-uns.

La cause de cette difformité étant

connue , il est aisé d'y remédier , en ayant l'attention de faire porter aux enfans leurs coudes en arriere , de les poser sur les hanches & d'avancer la poitrine lorsqu'ils marchent ; de les faire asseoir sur des sieges sans accoudoirs , & dont la hauteur serait proportionnée à la hauteur de la table où ils mangent & travaillent , & de leur faire observer une situation droite du corps étant assis.

Par ces différentes positions , les épaules seront obligées de baisser insensiblement. Ce qui déterminerait encore cet effet , ce serait de donner subitement de petits coups de la main sur les épaules de l'enfant , car à chaque fois qu'on les lui frappe il fait un petit effort qui tend à baisser les épaules & à les mettre au niveau où elles doivent être à l'égard de la partie inférieure du cou. Le port des armes , & sur-tout la danse du menuet ont particulièrement cet avantage de faire baisser les épaules , de

les retirer en arriere , & de donner une contenance qui plaît.

Un autre défaut particulier aux épaules , c'est lorsqu'il y en a une qui panche trop sur un côté. Si cette difformité provient d'une mauvaise habitude , si elle est un reliquat de la paralysie , ou la suite d'une luxation ou d'une fracture dans ces parties , il est plus facile d'y remédier que lorsqu'elle est le résultat d'un coup de feu , parce qu'il est à craindre que les parties osseuses & musculaires ne soient plus dans leur intégrité.

La Gymnastique chirurgicale nous offre ici mille moyens pour corriger cette difformité. Par exemple , si l'épaule est trop penchée du côté gauche , qu'on faute à *cloche-pied* , ou qu'on se tienne debout sur le pied droit , & le gauche en l'air , il arrivera nécessairement que l'épaule droite qui baissait trop , levera : cela se fait naturellement en vertu de l'équilibre sur un seul pied , sans quoi

le corps tomberait. *Et vice versa* pour l'autre épaule qui pencherait trop.

Un autre moyen pour faire relever une épaule qui baisse (moyen qui peut paraître contraire à l'indication, & qui ne l'est pas), c'est de faire porter un fardeau sur l'épaule défectueuse, & de ne point toucher à celle qui leve. Cet exercice, à la longue, mettra bientôt les épaules de niveau. Ceux qui ont bien observé les Porteurs, doivent avoir remarqué que l'épaule qui porte un fardeau, monte toujours plus haut que celle qui n'est pas chargée. Cette mécanique, simple en elle-même, fait voir l'erreur de ceux, qui, pour obliger un enfant à baisser une épaule qu'il leve trop, lui mettent un fardeau sur l'épaule *élevée*, s'imaginant que le poids la lui fera baisser, puisqu'au contraire c'est le moyen de la lui faire lever davantage.

Au lieu de mettre un poids sur l'épaule qu'on veut faire relever, on peut

faire porter par la personne (avec la main qui est du côté de cette épaule), quelque chose d'un peu pesant , & la faire marcher au loin. Le côté qui n'est pas chargé penchera beaucoup pour faire le contre poids ; toute cette partie est alors en contraction , tandis que l'autre est distendue. Cet expédient peut être d'une grande utilité quand on a la taille plus tournée d'un côté que de l'autre. L'on pourroit aussi faire porter un paquet sous le même bras , du côté de l'épaule qui baisse ; l'effort qu'on fera pour le soutenir contribuera encore à faire relever l'épaule.

Si l'on marche , la main appuyée sur une canne très-basse , c'est encore un bon moyen pour faire baisser une épaule qui leverait trop ; ou avec une canne haute pour faire relever une épaule qui pencherait trop.

Veut on se reposer ? qu'on s'assieye dans une chaise à deux accoudoirs , dont l'un soit plus haut que l'autre , en sorte

que l'accoudoir haut soit du côté de l'épaule qui baisse, & l'autre, qui est plus bas, du côté de l'épaule qui leve. Voilà des moyens bien simples & très-connus des gens de l'Art. Doute-t-on de leurs effets ? Chacun peut les vérifier sur soi.

S'agit-il d'un enfant au berceau, incapable par lui même de faire usage de ces expédiens ? On peut y suppléer dans son berceau même. Laissez-lui un bras dehors, l'épaule de ce bras baissera, & celle du bras qui sera enmaillotté, levera. Passons aux extrémités inférieures.

2°. Il n'est pas extraordinaire de voir qu'après une fracture, une grande plaie, qui a exigé un long repos, après la goutte, la sciatique, ou une brûlure à la jambe, qu'elle se retire, sans qu'il y ait luxation, & d'autres fois par le roidissement des muscles qui servent à ses mouvemens ; de sorte qu'on ne peut l'étendre ni en disposer à son gré pour s'empêcher

de boiter. Dans ce cas, après avoir employé les topiques convenables, rien n'est plus propre pour exciter l'allongement des muscles retirés, que de porter un foulier garni d'une semelle de plomb, dont le poids ferait proportionné au retirement plus ou moins grand de la jambe. Joignons à cela l'action de marcher beaucoup, & sur-tout dans des terres grasses, ou dans beaucoup de neige presque fondue, parce qu'alors les pieds enfonçant beaucoup & se collant pour ainsi dire, il faut plus d'effort pour les retirer du trou qu'ils ont fait.

Si au contraire la claudication ne permet pas que le talon touche aisément à terre, & que les muscles & les tendons soient susceptibles d'une plus grande extension, les remèdes connus étant employés, on peut les rendre plus efficaces en s'exerçant souvent à monter des plans inclinés, ou une montagne; parce qu'alors le bout du pied, quand on monte, est

obligé de lever ; or le bout du pied ne peut lever , que le tendon de la jambe ne descende , & en même tems le talon.

Une autre difformité dans le marcher , c'est lorsque la jambe n'est jamais bien étendue , ou parce que les genoux sont devenus , comme l'on dit , *cagneux*. C'est ce qui peut arriver à la suite d'une fracture de la rotule , du rhumatisme , du rachitis , par faiblesse ou pour avoir porté des sabots ou des souliers à talons hauts. On peut prévenir & corriger cette difformité , en portant une chaussure sans talon , afin que le pied reposant plus à plat , le tendon d'achille en soit mieux tendu.

Voyez les femmes qui sont chaussées à talons très-hauts ; elles sont pour la plupart mal assurées sur leurs jambes : or plus les talons seront bas , plus les muscles des jambes seront en exercice ; plus ils seront en exercice , plus ils se fortifieront , & par conséquent les

jambes reprendront leur rectitude naturelle.

Lorsqu'à la suite d'une entorse, on a marché trop tôt, il arrive souvent que le pied penche plus d'un côté que de l'autre; d'autres fois cette incertitude des pieds pendant la marche, est le résultat du rachitis ou de la faiblesse des pieds. Il faut donner à ces personnes des fouliers, qui, vers l'endroit où les pieds penchent, soient plus hauts de semelle & de talon; cela les fera incliner du côté opposé.

Enfin marche-t-on les pieds en dedans? On peut, lorsqu'il est encore tems, faire usage de ces marche-pieds de bois, qu'on voit dans les couvens de femmes, pour les jeunes pensionnaires, dans lesquels il y a deux enfoncemens séparés, pour y mettre les pieds. Ces enfoncemens sont creusés & figurés de maniere que chaque pied y étant engagé, est nécessairement tourné en dehors. On se sert de ce marche-pied, lorsqu'on est assis;

ce n'est que par un long usage de ce moyen , qu'on peut espérer que les ligamens des genoux & des pieds s'allongeront , que les articulations se prêteront davantage à la position que l'on veut donner aux pieds tournés en dedans.

Enfin a-t-on l'indication de faciliter l'accroissement des forces & l'agrandissement des extrémités supérieures & inférieures ? On peut avoir recours à la plupart des exercices actifs, qui étendent directement leurs effets sur ces parties. Par exemple l'escrime peut opérer des merveilles, sur le bras & la jambe droite, & par succession sur le reste du corps. Cet exercice peut encore donner lieu à des mouvemens propres à corriger les mauvaises attitudes & les difformités naissantes du tronc, des bras & des jambes, & à achever la cure commencée par l'application des machines.

Il nous suffit d'avoir indiqué les moyens propres à corriger les princi-

pales difformités du corps : on peut en faire l'application à d'autres cas , & dans ceux mêmes où la diversité des indications exigerait qu'on donnât d'autres préceptes. *Ab aliquibus disce omnes.*



SUPPLÉMENT.

D E S F R I C T I O N S.

ON entend par friction, l'action de frotter quelques parties du corps humain, soit avec la main, une éponge, de la flanelle, du linge neuf, une brosse, du crin, &c.

La friction est une espece d'exercice appartenant à la Gymnastique médicale. Aussi est-elle comprise dans la classe des exercices nécessaires à la santé, & mise au rang des fix choses non naturelles.

Les Anciens qui en connoissaient toute l'utilité, employaient la friction, non seulement comme un remede, mais encore comme un moyen journalier de conserver la santé. On en avait presque entièrement perdu l'usage jusqu'au mi-

lieu du dernier siècle que les Anglais le rappellerent. Ambroise Paré est peut-être le premier qui ait employé ce remède dans la cure des maladies chirurgicales.

Il y deux fortes de frictions, les seches & les humides. Détaillons les effets de la friction, les regles de précautions pour en assurer le succès; enfin les indications suivant lesquelles on doit en prescrire l'usage dans la cure des maladies en général.

*Exposé général des effets de la
Friction.*

En général les frictions occasionnant une compression & un relâchement alternatif des parties extérieures, elles doivent exciter un mouvement dans les solides & les fluides; en animant la circulation, elles produisent une chaleur qui résoud & atténue les humeurs; elles débouchent les pores de la peau, & les préparent à recevoir les médicamens conve-

nables qu'on veut faire passer dans la masse du sang; enfin elles fortifient & procurent à-peu-près le même effet que les exercices modérés.

La rougeur & la chaleur des parties qu'on frotte, l'accélération du pouls, prouvent manifestement que le mouvement des humeurs est augmenté dans les vaisseaux de la peau; d'où il suit qu'on peut par les seules frictions augmenter l'action vitale, *ad libitum*, sans l'introduction d'aucun médicament.

Aussi des frictions faites sur l'abdomen avec des étoffes rudes donnent-elles des effets merveilleux dans les cas où il y a inertie dans les viscères. En effet si tous les matins, dans le lit, on se frotte l'estomac & le ventre avec de la flanelle, on augmente la circulation dans tous les viscères du bas-ventre, on prévient les engorgemens, on dissipe même ceux qui ont déjà commencé à se former, on fait couler la bile, on facilite les sécrétions, on rétablit les digestions.

digestions. Si l'on frotte tout le corps, on favorise la transpiration & l'on anime toute la circulation. Enfin les frictions d'une longue durée peuvent tellement hâter cette circulation, qu'on donnerait une fièvre ardente en les continuant trop long tems.

Ainsi les frictions peuvent suppléer à l'exercice, dans les cas où les personnes qui, à raison de circonstances particulières, ne peuvent sortir du lit, se promener, ni faire quelques-uns des exercices convenables à leur santé, &c.

Les frictions ont des effets différens suivant leur espece & leur différence. Ambroise Paré, dans son Introduction à la Chirurgie, réduit toutes les especes de frictions à trois : savoir, la forte, la douce & la modérée.

Dans la premiere, on frotte rudement les parties. La vertu de cette forte de friction est de resserrer & de fortifier les parties que l'on y soumet. Si on la réitere souvent, & qu'on frotte

assez long tems à chaque fois , elle raréfie , évapore , résout , exténue & diminue la substance des parties. « Elle » fait révulsion , dit Paré , & divertit » la fluxion des humeurs d'une partie » sur une autre ». Nous remarquerons que cette friction agit sur les veines & les arteres en les comprimant.

La friction douce ou légère a des effets différens : elle ne comprime que les veines , elle amollit & relâche , elle rend la peau douce & polie , pourvu néanmoins qu'on emploie assez de tems à la faire ; car celle qui seroit d'une trop courte durée seroit absolument sans effet. Enfin elle ouvre les pores & les prépare à recevoir les médicamens qu'on se propose d'y faire pénétrer.

La friction modérée tient le milieu entre les deux autres , elle attire le sang & les esprits sur la partie.



Regles générales pour assurer le succès des Frictions.

En général les frictions, pour être administrées sagement, exigent les mêmes précautions que les autres exercices (1). Il faut être attentif à la nature de la friction & au tems convenable pour la réitérer; & tout cela doit être soumis à des indications raisonnées sur l'état de la personne, & sur l'effet qu'on se propose d'obtenir.

On conçoit bien que le degré de force qui établit la différence des trois especes de frictions, doit être relatif; car celles qui seraient modérées pour une personne très-robuste, pourraient être trop violentes pour une personne délicate: c'est pourquoi il faut avoir égard à l'âge, à la constitution naturelle des parties plus ou moins tendres &

(1) Voyez nos Regles Gymnastiques, exposées dans la premiere Partie,

sensibles , & à la finesse de la texture de la peau (1). Il faut aussi , dans certains cas , procéder par degrés , & ne pas commencer par des frictions trop fortes,

Le nombre des frictions que l'on doit faire à une personne ne peut être fixé , cela dépend des forces ; car il suffira d'en faire cinquante à une personne fort faible , tandis qu'on pourra en faire jusqu'à deux cens à une personne plus forte : aussi en fait-on moins à une femme qu'à un homme , moins à un enfant ou un vieillard , qu'à un jeune homme. Enfin si l'on ne frotte que certaines parties , la friction doit être forte , & durer long-tems , puisqu'il est impossible d'affaiblir promptement le corps en ne frottant qu'une partie ; soit qu'on veuille dégager la partie même

(1) Montesquieu dit quelque part , qu'il faut écorcher un Moscovite pour lui donner du sentiment. L'application de ce mot est aisée à faire ici , & la conséquence qui en résulte , non moins facile à tirer.

sur laquelle on fait des frictions, soit qu'on veuille en débarrasser une autre. Mais si la faiblesse de tout le corps demande qu'on emploie également par tout la friction, elle doit durer moins de tems & être plus légère.

Quelques personnes sont dans l'usage de se faire frotter légèrement le matin & le soir avec une brosse douce, pour ouvrir les pores & faciliter la transpiration. Il est bon d'observer que les frictions du soir sont plus salutaires; parce qu'en se couchant immédiatement après, la chaleur du lit entretient l'effet de la friction: mais si c'est le matin, il faut éviter de s'exposer à un air trop froid ou trop humide pendant l'usage des frictions; il convient aussi de faire échauffer l'appartement dans lequel on se fait frotter, afin que la transpiration que l'on a excitée ne soit pas subitement ralentie & interceptée par l'air froid, lorsqu'on frotte une autre partie. C'est pour cette raison que les An-

ciens faisaient leurs frictions dans une étuve.

Enfin lorsque pour des raisons particulières on se frotte le ventre, il vaut mieux le faire étant à jeûn; & dans certains cas, il faut attendre que les premières voies aient été dégagées, c'est-à-dire, que l'estomac & les intestins soient suffisamment désemplis.

Indications suivant lesquelles on doit prescrire l'usage des différentes frictions dans le traitement des maladies.

Les Anciens employaient avec utilité les frictions un peu fortes dans les maladies qui avaient pour cause la suppression de la transpiration. Ainsi lorsqu'on s'apperçoit, par la sécheresse de la peau, que la transpiration est arrêtée dans quelque partie du corps, il vaut mieux, d'après leur exemple, satisfaire à l'indication de désobstruer les glandes

cutannées , par des frictions universelles ou locales , & rétablir ainsi l'ordre naturel , que de troubler l'économie animale par des saignées , ou par des remèdes pharmaceutiques , &c. &c.

Les frictions fortes sont encore bien indiquées dans les rhumatismes , dont la cause prochaine paraît être un engorgement dans les artères lymphatiques des membranes qui enveloppent les ligamens des articulations. En effet on a vu des rhumatismes , & autres douleurs fixes , qu'aucun remède n'avait soulagés , céder à ces frictions. Elles sont très-efficaces pour fortifier les parties sur lesquelles il se fait habituellement des fluxions : par cette raison , elles sont un moyen utile dans la cure pré-servatrice des sciatiques & autres maladies du genre goutteux & rhumatifant , fort sujettes à récidives.

Nous remarquerons que la plupart des goutteux n'ont pas trop de confiance à ce remède , qui leur paraît trop

simple ; soit qu'on l'ait employé pour eux dans le tems de l'inflammation , (ce qui ne doit pas se faire , dans la crainte d'augmenter les douleurs) ; soit qu'on ne l'eût pas continué assez long tems pour qu'ils en ressentissent du soulagement ; ils ont conçu pour cette forte de remede une espece de mépris. Mais les vrais Praticiens , assez convaincus du succès & de l'utilité des frictions pour engager leurs malades à en faire usage , leur recommandent avec raison de se faire frotter avec des linges imprégnés de la fumée de quelques aromates ou de quelques liniments ; recommandation qui prouve moins la confiance qu'ils ont à ces fumées accessoires , qu'aux frictions en elles-mêmes. Mais il faut savoir condescendre à la faiblesse & aux manies des malades.

Les plus grands Maîtres ont conseillé , dans la cure de la léthargie , des frictions sur l'occipital & le cou , dirigées

de haut en bas. Elles doivent être d'autant plus fortes, que l'assoupissement est plus profond. En effet les frictions très-fortes sont capables de réveiller d'un assoupissement apoplectique, & elles paraissent préférables aux fers rouges, que Lancisi, dans ce cas-là, recommande d'approcher des pieds d'un apoplectique, à l'eau bouillante, à la cire d'Espagne brûlante, à la mèche allumée sur les mains, les bras ou autres parties du corps, que Winslow propose.

On trouve à cet égard, dans les Ephémérides des Curieux de la Nature, l'Observation suivante : « Un Médecin » ayant soupçonné qu'un homme qui » était sans pouls & sans respiration » n'était pas mort, fit frotter la plante » des pieds de cet homme pendant trois » quarts d'heure, avec une toile de » crin pénétrée d'une saumure très- » forte, & par ce moyen il le rappella » à la vie »,

Lorsqu'il est question de rappeler les noyés d'une mort apparente à l'exercice des fonctions vitales , la principale indication est d'exciter l'action des vaisseaux , de prévenir la coagulation des liqueurs & de leur donner du mouvement. Dans ce cas-là , les frictions fortes , faites avec des flanelles & des serviettes chaudes , sur la surface du corps des noyés , sont un des principaux secours qui ont le plus de vertu pour remplir les indications ; en observant qu'elles doivent être augmentées , à mesure que les noyés donnent quelques signes de vie.

D'après ce que nous avons dit ailleurs , les frictions fortes , faites aux membres paralytiques avec une brosse rude , ou avec des étoffes de laine , continuées jusqu'au point de rougir la partie , ou faites avec des stimulans , sont bien indiquées pour réveiller le sentiment en ranimant la circulation. On excite une force électrique en frottant certains ani-

maux, comme on l'observe sur les chats. C'est peut-être en grande partie à cela qu'est dû le succès de la friction faite aux paralytiques.

Les frictions doivent être appliquées sur les endroits où peut être le siège de la paralyse; mais si elle est générale, on doit les employer sur les parties où les nerfs sont plus gros & plus près des tégumens, comme sur la tête, sur le cou, particulièrement tout le long des vertebres cervicales, sur les orbites, derriere les oreilles, tout le long de l'épine du dos, aux aisselles, aux aînes, aux jarrets, &c.

Il suit encore des effets de la friction forte, qu'étant faite sur le corps d'une Nourrice, son lait peut recevoir plus d'action par ce moyen. Il en est du lait de la femme, comme du lait des animaux; celui d'ânesse, celui de chevre, celui de vache, sont beaucoup plus sains, lorsque ces animaux ont été broffés. Leur lait pese moins sur l'esto-

mac des malades qui en ufent , & est moins fujet à s'y coaguler : le goût est même si différent , comme l'observe Vanhelmont , par rapport à l'ânesse , qu'on peut reconnaître par-là , si l'animal a été broffé ou non (1).

La friction légère est propre à satisfaire à l'indication qu'on a de résoudre l'extravasation du sang & de la lymphe , causée par des contusions ; pourvu qu'on l'emploie avant que l'inflammation ait paru , & qu'il y ait peu de douleur à la partie contuse ; car cette pression douce , broyant & divisant le sang & la lymphe coagulée , facilite l'entrée des humeurs repompées , dans les petits orifices des veines absorbantes.

On fait qu'on peut augmenter l'efficacité des frictions douces en les réunissant avec les saignées , & en fortifiant

(1) *Asina pectenda est instar equorum. Ex lactis gustu dignosci potest , an asina pexa fuerit isto manere nec-re. Vanhelmont.*

ces deux moyens l'un par l'autre. Les malades en effet retirent dans les pleurésies de meilleurs effets de la saignée, lorsqu'à mesure que le sang coule de la veine, on a soin de faire de légères frictions sur le côté douloureux.

Les frictions douces sont encore propres à satisfaire à l'indication curative de faciliter la circulation, de résoudre l'humeur épaissie dans les glandes & dans les viscères du bas-ventre ; ou tout au moins sont-elles propres à seconder l'efficacité des autres remèdes : mais ce n'est qu'autant que la matière obstruante a acquis le degré de coction nécessaire, qu'elle est mobile, & qu'elle ne croupit que par le défaut du ressort des parties glanduleuses, que les frictions douces peuvent être employées avec fruit.

Vanfvieten (1) dit avoir vu une parotide fort gonflée & très-dure, long-

1) *Comment. in aph. T. I. f. 233. art. 3.*

tems combattue fans succès par les remedes , en apparence les plus forts & les plus efficaces , céder enfin peu-à-peu , & se résoudre en l'exposant deux fois par jour à la vapeur de l'eau tiede mêlée & battue avec le vinaigre , & en y faisant ensuite des frictions légères , d'une heure chaque fois avec de la flanelle. Il ajoute qu'on a appliqué aussi heureusement une pareille méthode à des glandes scrophuleuses du cou , rebelles à tout autre remede.

Ces sortes de frictions , si elles étaient employées dans le traitement de l'emphyseme , feraient sortir du tissu cellulaire la matiere élastique qui en distend les cavités.

Elles sont également propres à dissiper l'enflure édemateuse causée par l'amas des suc lymphatiques & séreux , qui croupissent dans le tissu cellulaire ; accident qui est assez ordinaire à la suite des plaies d'armes à feu.

Elles produisent encore un très-bon

effet sur les membres débilités par la gêne & la contrainte qu'ils effuient de la part des bandages & par l'inaction, pendant le tems de la cure des frictions, des grandes plaies, &c. &c.

Ces frictions douces avec des linges mollets ou des éponges fines, peuvent encore suppléer au défaut d'exercice qui serait nécessaire aux blessés. Elles réussirent parfaitement à Ambroise Paré, dans le traitement du Marquis d'Havrey, qui était réduit à la dernière extrémité, à la suite d'un coup de feu reçu sept mois auparavant, & qui avait fracturé l'os de la cuisse. Dans cette cure, l'une des plus belles qu'on ait faites en ce genre, Paré prescrivit des frictions légères avec des linges chauds sur la partie, pour favoriser l'opération des remèdes capables d'atténuer & de résoudre l'engorgement du membre blessé; & il en faisait faire le matin sur tout le corps, « qui était, dit-il, grandement ex- » tenué & amaigri par les douleurs

» & accidents, & aussi par faute d'exer-
 » cice ».

Les frictions modérées, faites avec des linges chauds & assez long temps, préparent utilement à l'efficacité de l'application des ventouses, des vésicatoires & des cauterés potentiels; à celle des fomentations résolatives, des emplâtres de même vertu, & de tous les remèdes incisifs ou stimulans, dont on se sert sur les tumeurs édémateuses, & autres congestions de matières fétides & indolentes qu'on veut échauffer.

Les frictions modérées sont encore bien indiquées sur une partie menacée d'ankilose, & d'autrefois sur des articulations qui n'en seraient pas encore atteintes; car on fait que dans la goutte, dans le virus scrophuleux, souvent le mal se communique d'une articulation à l'autre. C'est alors que les frictions modérées doivent être mises en usage sur toutes les articulations; mais il faut les continuer long-tems, pour en retirer du

succès, puisqu'elles résolvent souvent la sinovie, & qu'elles r'ouvrent les pores absorbans.

Outre tous ces avantages, les frictions modérées en ont un autre qui est remarquable, celui de donner un plus libre passage aux particules des topiques, dont on se propose de couvrir l'articulation. C'est pour cela que les frictions doivent précéder l'usage des douches résolutives, qu'on emploie dans la cure de l'ankilose, afin que les parties pénétrantes qui sont dans l'eau, puissent être introduites jusques dans le tissu de la partie malade, & que la chaleur de l'eau qui s'y communique puisse l'échauffer jusques dans le profond de l'articulation.

M. Petit, en parlant de la cure de l'ankilose, dans son *Traité des Maladies des Os*, dit que « Les frictions faites » avec des linges chauds, peuvent » d'abord être mises utilement en usage, » pour suppléer au mouvement de l'ar-

» ticle ; & que si ces frictions ne fussent
 » pas seules pour résoudre la synovie
 » & dissiper le gonflement de la jointure ,
 » elles servent du moins à assurer
 » l'effet des autres remèdes qui , par ce
 » moyen , agissent plus efficacement ».

Il est encore assez ordinaire de faire des frictions sur les parties qui ne sont point malades. On fait , par exemple , des frictions sur les extrémités inférieures , lorsqu'on veut dégager les parties moyennes ou supérieures du corps , pour exciter une dérivation vers les parties inférieures.

On a quelquefois réussi à rappeler la goutte dans les extrémités inférieures , en les frottant modérément depuis les pieds jusqu'à la moitié des cuisses , avec une flanelle douce , de trois heures en trois heures , pendant un quart d'heure chaque fois.

C'est avec succès qu'on fait encore des frictions aux pieds des asthmatiques , qui sont presque toujours froids , pour

déterminer les humeurs vers les parties inférieures & pour rétablir la circulation dans son état uniforme & naturel ; d'ailleurs les frictions calment encore les spasmes.

Les frictions modérées que l'on ferait sur les articulations pendant la cure de l'esquinancie , seraient avantageuses ; car le relâchement , qui accompagne la transpiration qu'on occasionne par ce moyen , se communique aux parties affectées.

Lorsqu'il arrive quelque désordre dans l'économie animale par la rétropulsion d'une maladie cutannée , il est important de travailler au plutôt à faire reparaître la maladie. On y réussit quelquefois , en frottant le membre avec des linges bien chauds.

Ambroise Paré recommande l'usage des frictions sur tout le corps pendant la cure des plaies à la tête. « Il convient , » dit-il , de faire des frictions assez longues & fortes , universellement par

„ tout le corps , excepté à la tête , tant
 „ pour faire révulsion des matieres qui
 „ pourraient monter en haut , lesquelles
 „ s'augmentent fort par faute d'exer-
 „ cice „.

On fait que dans le frisson , il con-
 vient d'accélérer le mouvement du sang ,
 non par des cordiaux , mais par des
 frictions chaudes ; lesquelles sont très-
 bonnes , sur-tout dans les frissons qui
 durent long-tems & qui mettent les
 malades en péril par leur longueur.

Elles sont encore propres à rappeler
 la chaleur des extrémités froides ; acci-
 dent qui accompagne assez ordinaire-
 ment les fièvres continues.

On ne sent pas moins la nécessité de
 réchauffer , par des frictions , les pieds ,
 lorsqu'ils sont froids , avant que d'y pra-
 tiquer la saignée. Sans cette précaution ,
 il y aurait du danger de les plonger tout
 froids dans l'eau chaude.

Dans les fueurs qui arrivent sponta-
 nément , ou par l'action des remedes

fudorifiques, aussi-bien que dans celles que procure un exercice violent, tel que le jeu de la paume, il est convenable de se faire essuyer & frotter modérément avec des linges chauds. Cette friction non seulement nettoie le corps, en absorbant l'humidité qui le mouille, mais elle fait sortir & exprime des pores de la peau des restes de sueur & des sucs excrémenteux qui y ont été portés, & donne du ressort aux parties; aussi remarque-t-on que ces frictions préviennent la lassitude.

Nous pourrions encore joindre à l'exposé des frictions le léchement des chiens, qui peut être considéré comme une espèce de friction. Les observations que chacun a pu faire de la guérison des gales, des ulcères & des gerçures (sur les enfans), par le secours de la salive & de la langue des chiens, indiquent l'usage de ce moyen dans ces sortes de maladies de la peau, & autorisent le conseil que nous donnons de

s'en servir pour nettoyer ou pour guérir celles qu'on aurait à traiter.

J'ai vu des femmes en Province, qui faisaient lécher régulièrement leurs enfans remplis de galles & de gerçures, par des chiens fort friands de cette occupation. Il est vrai que ces animaux nettoient si bien leurs petits, qu'ils ont la langue si propre & si douce, qu'il paraît naturel de procurer aux enfans le même secours.

F I N.

APPROBATION.

J'AI lu, par ordre de Monseigneur le Garde des Sceaux, un Ouvrage intitulé : *Gymnastique Médicinale & Chirurgicale*, par M. TISSOT & je n'y ai rien trouvé qui pût en empêcher l'impression. A Paris, ce 9 Juin 1780.

GARDANE.

PRIVILEGE DU ROI.

LOUIS, par la grace de Dieu, Roi de France & de Navarre, à nos amés & féaux Conseillers, les Gens tenants nos Cours de Parlement, Maîtres des Requêtes ordinaires de notre Hôtel, Grand-Conseil, Prévôt de Paris, Baillifs, Sénéchaux, leurs Lieutenants-Civils, & autres nos Justiciers qu'il appartiendra, SALUT. Notre amé le sieur TISSOT, Médecin, Nous a fait exposer qu'il desireroit faire imprimer & donner au Public un Ouvrage de sa composition, intitulé : *Gymnastique Médicinale & Chirurgicale* : s'il Nous plaisoit lui accorder nos Lettres de Permission pour ce nécessaires. A CES CAUSES, voulant favorablement traiter l'Exposant, Nous lui avons permis & permettons, par ces Présentes, de faire imprimer ledit Ouvrage autant de fois que bon lui semblera, & de le faire vendre & débiter par tout notre Royaume, pendant le temps de cinq années consécutives, à compter du jour de la date des Présentes. Faisons défenses à tous Imprimeurs, Libraires & autres personnes, de quelque qualité & condition qu'elles soient, d'en introduire d'impression étrangère dans aucun lieu de notre obéissance, à la charge que ces Présentes seront enrégistrées tout au long sur le Registre de la Communauté des Imprimeurs-Libraires de Paris, dans trois mois de la date d'icelles ; que l'impression dudit Ouvrage sera faite dans notre Royaume & non ailleurs, en bon papier & beaux caractères ; que l'Impétrant se conformera en tout aux Réglements de la Librairie, & notamment à celui du dix Avril mil sept cent vingt-cinq, à peine de déchéance

de la présente Permission; qu'avant de l'exposer en vente, le manuscrit qui aura servi de copie à l'impression dudit Ouvrage, sera remis dans le même état où l'approbation y aura été donnée, ès-mains de notre très-cher & féal Chevalier Garde des Sceaux de France le Sieur HUE DE MIROMESNIL; qu'il en sera ensuite remis deux exemplaires dans notre Bibliothèque publique, un dans celle de notre Château du Louvre, un dans celle de notre très-cher & féal Chevalier Chancelier de France le Sieur DE MAUPEOU, & un dans celle dudit Sieur HUE DE MIROMESNIL; le tout à peine de nullité des Présentes, du contenu desquelles vous mandons & enjoignons de faire jouir ledit Exposant, & ses ayants-causes, pleinement & paisiblement, sans souffrir qu'il leur soit fait aucun trouble ou empêchement. Voulons qu'à la copie des Présentes, qui sera imprimée tout au long au commencement ou à la fin dudit Ouvrage, foi soit ajoutée comme à l'original. Commandons au premier notre Huissier ou Sergent sur ce requis, de faire, pour l'exécution d'icelles, tous actes requis & nécessaires, sans demander autre permission, & nonobstant clameur de haro, charte normande, & lettres à ce contraires: Car tel est notre plaisir. DONNÉ à Paris le cinquième jour du mois de Juillet l'an mil sept cent quatre-vingt, & de notre Règne le septième. Par le Roi en son Conseil.

LE BEGUE.

Registré sur le Registre XXI de la Chambre Royale & Syndicale des Libraires & Imprimeurs de Paris, N^o. 2049, fol. 333, conformément aux dispositions énoncées dans la présente Permission, & à la charge de remettre à ladite Chambre les huit exemplaires prescrits par l'Art. CVIII du Règlement de 1723. A Paris, ce 18 Juillet 1780,

LE CLERC, Syndic.

De l'Imprimerie de L. JORRY, rue de la Huchette.

