

**Avis aux messins, sur leur santé, ou, Mémoire sur l'état habituel de l'atmosphère à Metz, & ses effets sur les habitants de cette ville / Par Michel du Tennetar.**

**Contributors**

Michel du Tennetar, 1740-1801.

**Publication/Creation**

A Nancy : Chez C.S. Lamort, imprimeur, 1778.

**Persistent URL**

<https://wellcomecollection.org/works/en8bbygj>

**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](mailto:library@wellcomecollection.org)  
<https://wellcomecollection.org>

G1792/P

40

**A V I S**  
**AUX MESSINS;**  
 SUR LEUR SANTÉ,  
 O U  
**M É M O I R E**

Sur l'état habituel de l'atmosphère à Metz, & ses effets sur les Habitans de cette Ville;

*Par M. MICHEL DU TENNETAR, Conseiller & Médecin ordinaire du Roi, Professeur Royal de la Faculté de Médecine en l'Université de Nancy, Agrégé d'honneur au Collège des Médecins de la même Ville, de la Société Royale de Médecine de Paris, &c.*



**A N A N C Y,**  
 Chez C. S. LAMORT, Imprimeur,  
 près des Dominicains. N°. 176.

---

M. DCC. LXXVIII.



200153



---

**AVERTISSEMENT.**

**I**L est si rare que le Peuple soit reconnoissant du bien qu'on cherche à lui faire; il est si ordinaire, qu'entraîné par de vieilles habitudes, il rejette tout ce qui peut les changer, même lorsqu'elles lui sont nuisibles, qu'il faut la plus grande circonspection pour proposer quelque réforme. Ce n'est qu'après avoir communiqué à M. l'Intendant de la Province, les réflexions que présente ce Mémoire, que j'ose le publier. Le desir général que M. de Pons témoigne pour procurer le mieux être des objets dont l'administration lui est confiée, m'avoit enhardi à lui offrir ce travail sur les vices de l'atmosphère Messine, & les moyens de les corriger. Il m'a permis de le faire paroître sous ses auspices. Cet empressement à favoriser les tra-

vaut utiles, est du plus heureux augure pour mes Compatriotes.

Il existe à Metz des Médecins assez instruits pour avoir vu les dangers attachés à l'état habituel de l'air qu'ils respirent, & assez bons Citoyens pour desirer de les voir anéantir (\*). Je ne doute pas qu'ils n'aient eu le projet de mettre sous les yeux du Public quelques réflexions utiles sur cet objet. Ils me loueront de les avoir prévenus; & loin de m'envier cet avantage, ils se joindront à moi pour opérer le bien, & suppléeront par leurs observations à celles qui me sont échappées. Ils ont trop de connoissances & de talens, pour porter envie à personne.

---

(\*) M. Read, en particulier, a fait assez voir, par plusieurs bons Ouvrages relatifs à la Province, combien il étoit bon Médecin & bon Citoyen.



*M É M O I R E*  
*SUR L'ÉTAT HABITUEL*  
*DE L'ATMOSPHERE*  
*A M E T Z.*

” **C**ELUI qui veut s'instruire  
” de la Médecine, doit exami-  
” ner, avec beaucoup de soin,  
” toutes les saisons de l'année,  
” & les effets qu'elles peuvent  
” produire.... Il doit connoître  
” les propriétés des vents froids  
” & des vents chauds, tant de  
” ceux qui sont communs à tou-  
” tes les contrées, que de ceux  
” qui sont particuliers & qui  
” regnent en chaque Pays.... Un  
” Médecin donc qui arrive dans  
” une Ville qu'il ne connoît pas,

„ doit d'abord considérer sa si-  
 „ tuation par rapport aux vents  
 „ & au soleil.... S'il est bien inf-  
 „ truit de ces choses, il prédira  
 „ par avance les maladies géné-  
 „ rales dont cette Ville sera af-  
 „ fligée à chaque saison ; il saura  
 „ ce qui contribue le plus à la  
 „ santé ; & sûr de son art, il  
 „ marchera sans crainte dans le  
 „ traitement de ses malades. “

Tels sont les conseils qu'Hip-  
 pocrate donne aux Médecins qui  
 aiment leur état, & que l'amour  
 de leurs semblables a fait entrer  
 dans la carrière épineuse de l'art  
 de guérir. Ces conseils sont le  
 le résultat des observations les  
 plus exactes & d'une expérience  
 consommée.

En effet tous les Médecins  
 observateurs conviennent que  
 les différences de l'atmosphère &  
 des saisons, produisent dans les  
 maladies des différences sensi-

bles, qu'il est nécessaire de savoir calculer & apprécier, si l'on veut se mettre à l'abri du reproche d'ignorance ou de légéreté.

Il est plus dangereux qu'on ne le pense communément, de prescrire un remede dans une maladie, sans faire attention à la constitution habituelle du climat ou à celle de la saison. Les fievres ne présentent pas dans un lieu sec & élevé les mêmes phénomènes que dans un lieu bas & humide. On connoît assez la différence qui existe entre les fievres intermittentes du printemps & celles de l'automne.

» Tels sont les temps, dit Hip-  
 » pocrate, telles sont les ma-  
 » ladies. Dans l'hiver, la pituite  
 » s'amasse, elle prédomine au  
 » printemps, mais le sang se  
 » raréfie. Le sang fermente en-  
 » core pendant l'été, mais la  
 » bile s'échauffe & se met en

„ mouvement. Dans l'hiver, l'a-  
 „ trabile est en abondance &  
 „ très-agaçante. Si telle ou telle  
 „ constitution de l'année pré-  
 „ domine, on verra aussi domi-  
 „ ner les maladies qui en dé-  
 „ pendent. “

Il est donc bien essentiel de ne  
 point traiter en général une ma-  
 ladie d'après sa dénomination.  
 „ Ce n'est nullement par la no-  
 „ menclature des maladies qu'il  
 „ faut juger de leur identité  
 „ ou de leur différence. “ Ce  
 seroit une routine dangereuse  
 & condamnable. Il faut aupa-  
 ravant considérer les circonf-  
 tances qui accompagnent le  
 mal; examiner si & comment il  
 peut dépendre des lieux que le  
 malade habite, ou de la saison  
 pendant laquelle il est attaqué.  
 La combinaison prompte & juste  
 de tous ces phénomènes & de  
 leurs rapports, doit diriger tou-

tes les vues pratiques du Médecin.

Les avantages qui résultent de ces connoissances sont précieux sans doute , puisqu'ils doivent concourir au soulagement des Citoyens ; osons en espérer un plus précieux encore : celui de les mettre à l'abri des maladies auxquelles ils sont le plus fréquemment exposés. Si , en morale , le principal but du Législateur , le seul peut-être digne de lui , est de prévenir le crime , bien plus que de fixer le juste degré de peines qu'il mérite ; de même , en physique , la route la plus sûre pour devenir généralement utile , doit être de prévoir les maladies , & de savoir employer à propos les moyens capables de les prévenir.

Il sera donc utile de rechercher quelles sont les causes des maladies qui affligent le plus or-

dinairement la Ville de Metz, dépendantes de l'état habituel de l'air qu'on y respire & des variations des saisons. Il fera plus utile encore d'établir les moyens d'en corriger ou diminuer les influences nuisibles.

Pour traiter ces objets avec plus d'ordre & d'une manière plus intelligible, il faut présenter d'abord un tableau général des divers effets de l'air, selon qu'il a plus ou moins les qualités dont il est susceptible.

L'air est un des principes constitutifs de l'homme & le plus nécessaire à sa conservation; il nous environne & nous presse de toutes parts, nous le respirons, il agit sans cesse sur nous & au dedans de nous, il pénètre nos corps de mille façons, il se mêle & se confond avec les humeurs, il entre dans leur composition comme dans celle des

parties les plus solides. Ces assertions sont prouvées par des expériences incontestables. Il n'est donc pas étonnant qu'il ait si spécialement attiré l'attention d'Hippocrate, cet observateur si exact, qui l'a regardé comme la cause la plus générale de la santé & de la maladie.

De sa nature l'air est un corps fluide, invifible, infipide, pesant, élastique, susceptible de raréfaction & de condensation, qui emprunte ses bonnes & ses mauvaises qualités des corps étrangers dont il se charge. C'est le véhicule universel de tous les corps en décomposition.

L'air peut être successivement chargé ou privé de feu & d'eau. De là les variétés du froid & du chaud, de la sécheresse & de l'humidité. Ces dispositions générales de l'air s'établissent par les vents. Ce sont eux qui modifient

la température de presque toutes les régions de la terre ; ils rendent la différence des saisons plus ou moins sensible ; c'est par eux que l'air opere des changemens continuels sur nous , au moyen des diverses exhalaisons dont il peut se charger.

Le froid ne peut s'exprimer que par la diminution de la chaleur. Il resserre les corps , il en rapproche les élémens ; chacun peut observer qu'il fait disparoître les veines de la peau , qu'il en crispe la surface & lui donne de la rudesse. Il augmente notre agilité , parce qu'il rend nos solides plus fermes , plus actifs , qu'il augmente leurs forces. Il accélere le cours des liquides ; mais s'il devient excessif , il le ralentit au point de le supprimer tout-à-fait & de faire périr ceux qui y sont exposés. Le trop de roideur que les solides acquierent

par un froid considérable long-temps continué, l'épaississement qui en résulte dans les fluides, augmentent de part & d'autre la résistance, au point de faire cesser le mouvement circulatoire qui entretient la vie. Un autre danger qui résulte de l'action du froid même le plus utile, c'est que les solides ayant été long-temps dans un état de tension auquel ils ne sont point accoutumés, tombent tout-à-coup dans le relâchement & une sorte d'atonie, lorsque la cause de cette tension vient à cesser. C'est à cela qu'il faut attribuer l'abattement, la pesanteur qu'éprouvent les sujets foibles à la suite du froid.

Les effets généraux de la chaleur, sont la dilatation, l'extension des corps les plus durs, & par conséquent l'affoiblissement de la cohérence des parties. Elle agit sur les solides & les liquides

de la machine humaine d'une maniere analogue, elle diminue les forces & l'activité, elle jette dans l'abattement, la lassitude, le desir du repos; elle affoiblit les digestions & diminue l'appétit; elle raréfie les humeurs & augmente la transpiration, par ce moyen les parties les plus subtiles du sang sont entraînées hors du corps, & les parties gelatineuses nutritives se dissolvent & se dissipent.

Un air sec jouit de toute son élasticité, il est en général très-sain, lorsqu'il n'est ni trop chaud ni trop froid; il donne de l'agilité, de la gaieté, des forces. Les nerfs & les vaisseaux en deviennent plus actifs, la circulation en est plus facile, l'appétit plus franc, les digestions plus nettes, toutes les secrétions plus décidées, & les excréctions plus régulières.

L'air sec & froid prépare aux

maladies inflammatoires, parce qu'il épaisfit le sang fans en diminuer le mouvement d'une maniere fenfible.

L'air fec & chaud favorife la difpofition aux engorgemens fanguins. „ En général, dit Hippocrate, les féchereffes ne font „ pas fi mal faines que les pluies „ confidérables; il meurt moins „ de monde pendant les premières. „

L'humidité de l'air relâche les folides, diminue le mouvement circulatoire des liquides & rend les fécrétions pénibles. Dans cet état de l'atmosphère, la tranfpiration fe fupprime, les pores abforbans fe rempliffent d'humidité, la machine s'affaiffe & perd toute fa vigueur, l'efprit & le corps font dans un état habituel de langueur.

Si le froid fe joint à l'humidité de l'air, la tranfpiration en eft

plus sûrement & plus constamment supprimée. On devient moins agile en raison du degré de ces deux qualités réunies de l'air ; les excréments s'accumulent, ce qui produit une grande quantité de pituite, de glaires & de fluxions catarrhales. Les maladies qui sont produites par cette cause, en sont plus opiniâtres.

Si l'humidité se trouve jointe à la chaleur, il peut en résulter des accidens bien plus graves : l'humidité qui relâche occasionnera un plus grand abattement, si la chaleur qui dilate & ouvre les pores facilite son action. Les solides s'abreuvent davantage de cette humidité, & les fluides s'impregnent plus facilement des parties nuisibles dont l'air humide est chargé. Bientôt l'inertie s'établit, & l'on voit naître la tendance à la putréfaction. La chaleur exalte les principes de nos

humeurs , & la dissolution qu'y porte l'humidité en facilite la dépravation. Cela arrive d'autant plus sûrement, que la matiere de la transpiration supprimée y répand un principe d'acrimonie qui sert de stimulus au mouvement spontané de décomposition vers lequel nos fluides tendent naturellement.

C'est d'après ces principes fondés sur l'observation constante des siecles précédens, que nous devons juger des effets généraux de l'atmosphere Messine, après avoir reconnu ses qualités les plus habituelles.

La Ville de Metz est située au confluent de la Seille & de la Moselle, en partie dans un fonds, & en partie sur un coteau, au vingt-troisieme degré cinquante-une minutes de longitude, & au quarante-neuvieme degré sept minutes six secondes de la-

titude. La Moselle environne cette Ville à l'occident & au nord, une digue de pierre détourne le cours de cette riviere & la partage en deux canaux, dont l'un baigne les murailles de Metz, & l'autre entre dans la Ville, où les eaux sont retenues par des éclufes. Elles la traversent par deux bras qui s'ouvrent à la pointe de l'Isle du Saulcy, qui renferme aujourd'hui les Hôtels de la Comédie & de l'Intendance, & se réunissent derrière la Maison du Palais-Royal.

Il s'échappe de la Moselle, à l'entrée de la Ville, un troisieme bras par la digue des Pucelles, dont une partie va joindre le Pont-des-Morts, & l'autre va tomber près du Cimetiere des Juifs en Chambierre.

La Seille environne Metz au midi & à l'orient, elle se partage aussi en deux bras, dont l'un

baigne les murs de la Ville, & l'autre en traverse toute la partie orientale dans un canal pavé. Lorsqu'elle déborde, elle entre jusqu'à une certaine hauteur dans les maisons qui couvrent ses deux rives. Elle est retenue dans son cours par plusieurs écluses ou vannes, & se réunit enfin à la Moselle, à l'extrémité du retranchement de Guise, vis-à-vis de l'Isle de Chambierre.

Dans l'éloignement, la Ville de Metz & le Pays Messin ont au midi les hautes montagnes des Vosges, au levant, deux chaînes de ces montagnes les couvrent en partie & les séparent de l'Alsace. Le Barrois & la Champagne bornent la Province au couchant. Du côté du nord, le Pays est découvert en grande partie, & dans le reste il est environné des Bois de l'Ardenne, & de ceux de la Sarre.

Le spectacle des environs de la Ville de Metz pendant la belle saison, enchante l'œil du Spectateur; pour peu qu'il soit sensible, il jouit avec enthousiasme de l'aspect varié que lui présente la nature : des côteaux chargés de Villages & de vignes; des plaines coupées par les napes d'eaux immenses que forment les divers détours des rivières; des prairies fécondes qui annoncent une récolte abondante; des terres arables qui trompent rarement l'espoir du cultivateur; des maisons de plaisance, des jardins sans nombre remplis d'arbres à fruits & de légumes de la meilleure espèce; tout annonce la richesse du sol & le bonheur de ceux qui le cultivent.

Charmé de ce coup d'œil intéressant & séducteur, on s'avance vers la Ville, en se promettant de nouveaux plaisirs;

mais à peine est-on arrivé dans l'intérieur de la Place, que la surprise succede à l'admiration. La vue est choquée par l'aspect de Maisons, la plupart antiques, & dont le plus grand nombre est à deux ou à trois étages, bâties solidement, à la vérité, mais sans agrément extérieur & d'une architecture agreste. Les rues sont généralement étroites & tracées en lignes courbes, le plus souvent de largeur inégale. L'air y est comme emprisonné, & il est impossible que les vents y aient un libre accès, comme cela serait nécessaire pour le secouer, le renouveler & le débarrasser des vapeurs que fournissent les boues abondantes, dès qu'il est tombé un peu de pluie. Un Magistrat (\*) estimable par

---

(\*) M. Lepayen, Procureur du Roi au Bureau des Finances.

des talens qu'il consacre depuis long-temps à l'utilité de ses Concitoyens, a senti cet inconvénient ; il emploie toute l'autorité de sa Place à y remédier, & nos descendans jouiront enfin de ce bienfait, si ceux qui lui succéderont mettent le même courage & la même fermeté à vouloir le bien public, & à le procurer, malgré les fréquentes réclamations de l'intérêt personnel.

Si l'on parcourt en Observateur les divers quartiers de cette Ville, il se présente une foule de causes nuisibles à la santé de ses Citoyens, & qui méritent la plus sérieuse attention ; on ne peut guere se défendre d'un mouvement de pitié, quand on voit que le danger physique, nécessairement attaché à la réunion des hommes dans une enceinte bornée, n'est ici combattu par

aucun des moyens qu'on pourroit lui opposer, & que l'industrie humaine n'a presque rien fait pour la salubrité d'un air continuellement respiré par quarante mille hommes, qui restent exposés à toutes les influences d'une atmosphère pestilentielle.

Il y a dans l'intérieur de la Ville, dans les quartiers même les plus habités, dix ou douze cimetières, remplis de cadavres corrompus, & tout couverts de leurs débris. Il s'en élève continuellement une vapeur infectée, dangereuse dans tous les temps & dans tous les lieux; l'air en est toujours altéré dans les environs, & ce fluide ne peut plus être respiré sans donner lieu aux événemens les plus funestes. Il porte dans les humeurs un principe acrimonieux, qui en désunit les parties, vicie le fluide nerveux, & produit ces fièvres

putrites exanthémateuses & malignes qui ont tant de proximité avec la peste.

Il n'est pas rare à Metz, lorsqu'on creuse une fosse, d'en voir tirer des morceaux de cadavres à demi-pourris, qui répandent au loin des miasmes putréfiants, & d'une fétidité insupportable. Et comme si l'on avoit craint d'échapper à la contagion, on étoit parvenu à changer en tombeau le Sanctuaire de la Divinité. L'œil bienfaisant du Gouvernement n'a pas dédaigné de s'arrêter un moment sur cette cause féconde de maladies, & il a senti combien il étoit important de l'anéantir. „ Il n'a donc plus été „ permis à la piété orgueilleuse „ & destructive des Habitans, de „ pourrir dans les Eglises d'une „ maniere distinguée, & d'y répandre l'infection de la mort. Il seroit bien à desirer que  
cette

cette réforme fût plus complete par le transport de tous les cimetières hors de la Ville, dans des lieux qui seroient désignés par les Médecins. On pourroit alors disposer d'un plus grand terrain, & l'on ne seroit pas obligé d'ouvrir aussi souvent dans les mêmes endroits. On éviteroit d'imprégner l'air des miasmes qui s'élevent des cadavres à demi-pourris, qu'on est obligé de découvrir & d'enlever pour faire place à d'autres dans un terrain trop resserré. Quand on n'obtiendroit du déplacement des cimetières que cet avantage, il seroit suffisant pour y déterminer; mais il est facile de concevoir qu'il ne seroit pas le seul, & il me semble que la santé générale des Citoyens, est un objet assez important pour ne pas calculer l'augmentation de peines qu'il y auroit à transporter les cadavres

un peu plus loin pour leur donner la sépulture. Ceux qui objecteroient cette difficulté, ne prouveroient pas un grand zèle pour le bien public.

Le quartier des Juifs est une autre cause toujours subsistante de l'infection de l'atmosphère. La mauvaise odeur constante de l'air qu'on y respire, est une nouvelle preuve du danger de l'enrassément des hommes & des animaux. Des rues fort étroites, des maisons très-élevées, dans un espace trop resserré pour la quantité des Habitans; des familles nombreuses accumulées, dans de petits appartemens; les écuries, la tuerie, la boucherie, tout est rassemblé entre des bornes très-rapprochées, d'une manière à détruire les propriétés utiles de l'air, & à le rendre méphytique.

Il y auroit deux moyens de

remédier à cet abus : l'un , de fixer d'une maniere invariable le nombre des Juifs qui doivent habiter ce quartier , & de le calculer sur son étendue ; l'autre , de leur donner un terrain où ils puissent se mettre plus au large & pulluler avec plus d'aisance pour eux , & plus de salubrité pour ceux qui les environnent. Je n'examine pas lequel de ces deux moyens seroit préférable en politique , & si le commerce envahi , la Garnison endettée , les Habitans de la campagne ruinés par cette horde étrangere , doivent en faire desirer la diminution ou l'anéantissement. Je ne porte sur cet objet que l'attention du Physicien , qui observe les dangereux effets de cet entassement , & qui en indique le remede.

A toutes ces causes nuisibles , se joignent les émanations pu-

trides des fossés qui environnent la Ville, de ceux sur-tout où des eaux marécageuses, bourbeuses & fétides sont en stagnation. Les déjections abondantes d'une partie de la Garnison, qui sont reçues & séjournent dans plusieurs de ces fossés; la quantité infinie d'insectes & de plantes qui y meurent & y pourrissent, fournissent en tout temps, mais particulièrement pendant les chaleurs, des exhalaisons empoisonnées qui agissent à la maniere des levains sur les humeurs contenues dans l'estomac & les intestins, & même sur la masse générale, où elles peuvent s'introduire par tant de voies.

Personne n'ignore l'extrême puanteur qu'exhalent les gros excréments quand ils pourrissent. On fait que la vapeur qui s'en élève est moffétique, & peut asphyxier ceux qui la respirent

de trop près & en trop grande quantité.

Seroit-il si difficile de remédier à cet inconvénient ? L'abondance des eaux qui environnent la Ville, la situation des rivières qui l'arrosent, présentent par-tout des moyens sûrs & naturels de corriger ces abus. On pourroit, par l'établissement de quelques canaux, diriger les eaux dans les fossés, & en déterminer l'écoulement en leur donnant de la pente. Je ne m'étends pas davantage sur cet objet, il existe, à Metz, assez d'Ingénieurs instruits qui pourroient dresser des plans exacts des travaux à faire pour remédier à cette cause d'infection.

Il résulte, de tout ce qui précède, que la Ville de Metz est nécessairement enveloppée d'une atmosphère habituellement froide & humide, & presque tou-

jours fétide. Les vents du midi qui pourroient corriger ce froid, sont arrêtés & refroidis par les montagnes des Vosges, dont le sommet est couvert de neiges jusqu'au milieu de l'été, & quelquefois plus tard. Ils n'arrivent à Metz que chargés d'une partie de ces neiges qu'ils ont fondues & dissoutes. En traversant la Lorraine ils ont passé sur des forêts, des rivières, des étangs, & sur un sol généralement humide. Ils se sont donc chargés, autant qu'ils l'ont pu, des vapeurs aqueuses dont l'atmosphère de la Lorraine est remplie, & c'est dans cet état qu'ils viennent se mêler à celle que respirent les Messins.

Lorsque les vents du midi parviennent par leur constance à corriger le froid de l'atmosphère de Metz, ils n'en sont pas pour cela plus avantageux, puisqu'ils

unissent alors la chaleur à l'humidité, dont les effets réunis sont si funestes.

Les vents de l'est, qui sont ordinairement secs, contribuent un peu à diminuer l'humidité de l'air, mais les vents du couchant ont bientôt détruit ce bon effet par leur disposition pluvieuse. Ajoutons à cela, que la fonte des neiges par les chaleurs de l'été, grossit ordinairement les deux principales rivières qui arrosent le Pays Messin, & y causent quelquefois des débordemens. Les eaux répandues hors de leur lit ordinaire présentent plus de surface à l'air, qui s'en abreuve toujours davantage, jusqu'à ce qu'elles retombent en ferein abondant au coucher du soleil, ou en pluies qui durent plusieurs jours. Ces pluies tombent & séjournent sur les feuilles des arbres des forêts nombreuses

dont le Pays Meffin est environné, d'où elles sont absorbées de nouveau par les vents qui les rapportent dans l'atmosphère.

Heureusement que cette humidité générale, & sur-tout l'humidité chaude des vents du midi, est souvent corrigée par les vents du nord, dont l'accès à Metz est entièrement libre. Ces vents sont toniques & propres à relever les fibres musculaires de leur affaïssement. La santé ferme & la vigueur constante des Peuples du nord, sont une puissante preuve en leur faveur. Ils ne sont cependant pas exempts de danger dans les premiers moments où ils se font sentir. Ils peuvent nuire aux poitrines délicates, & occasionner des fluxions catarrales en resserrant les vaisseaux transpiratoires. A Metz, ils produisent souvent cet effet, sur-tout quand ils succe-

dent aux vents du midi ou de l'ouest, moins peut-être parce qu'ils suppriment la transpiration qui est habituellement foible, que parce qu'en augmentant subitement le ton des fibres, ils resserrent les vaisseaux & le tissu cellulaire de la peau, & forcent par-là l'humeur catarrhale à se porter sur quelque partie moins extérieure, à s'y déposer & à y former des embarras qui ne se détruisent pas sans le secours de la fièvre.

Ces vents ne diminuent d'ailleurs que foiblement l'humidité, qui est par conséquent la qualité dominante de l'atmosphère de la Ville de Metz. On peut s'en convaincre sans le secours des hygromètres ou d'autres expériences compliquées. Il suffit d'ouvrir les yeux sur mille petites preuves à portée de tout le monde, & dont on est conti-

nuellement environné : le sel de cuisine éloigné du feu est presque toujours humide, le fer se rouille aisément, le linge s'humecte, le pied des murs se charge de mousse & verdit, toutes les chambres, dans lesquelles on ne fait pas de feu en hiver, sont remplies d'humidité, j'ai vu des tapisseries de papier s'y gâter par cette cause, & des estampes précieuses s'y détruire par la moisissure.

Cette humidité abondante & habituelle dont l'air est impregné, explique pourquoi dans la belle saison le serain & les rosées sont quelquefois si considérables; pourquoi, dans les autres saisons, les brouillards, les pluies, la neige, le givre sont si fréquens & si abondans.

Par-tout, dit Huxham avec Sanctorius & tous les Médecins observateurs, l'humidité froide

diminue la transpiration & la répercute; l'atmosphère de Metz étant habituellement humide & froide, doit donc produire constamment cet effet; aussi n'y existe-t-il guère de maladies qui ne le reconnoissent pour cause éloignée, & souvent pour cause prochaine. La constitution catarrhale est la plus ordinaire, mais son intensité & ses effets varient selon la constitution des saisons, c'est-à-dire, selon qu'il fait plus ou moins chaud, ou plus ou moins froid, car ces deux états de l'air éprouvent, à Metz, des variations promptes & inattendues, & c'est encore là une autre qualité nuisible de l'atmosphère de cette Ville. La température passe quelquefois subitement du degré de la congélation & au dessus à plusieurs degrés au dessous de la glace. Il n'est pas rare d'observer ces chan-

gemens d'un jour à l'autre, ou même du matin au soir dans le même jour.

Ces variations subites & considérables produisent de très-mauvais effets; elles aggravent les maladies existantes, & donnent naissance à une infinité d'autres. L'ordre qu'elles doivent observer, par rapport aux saisons, peut en être interverti jusqu'à un certain point, de manière que les maladies qui paroissent le plus ordinairement pendant l'automne ou le printemps, peuvent se montrer pendant l'été, s'il est moins chaud qu'il ne doit l'être, & pendant l'hiver dans le temps où le froid n'auroit pas plus d'intensité qu'à l'automne ou au printemps. » Si le froid » ou le chaud, dit Hippocrate, » se font sentir dans le même » jour, on verra les maladies » d'automne; elles dureront

„ d'autant plus long-temps que  
 „ l'intempérie régnante aura été  
 „ plus durable , & elles devien-  
 „ dront épidémiques. “ On ob-  
 serve souvent à Metz cette va-  
 riété d'effets ; ce qui n'empêche  
 pas qu'en général les saisons ne  
 s'y succèdent d'une manière sen-  
 sible.

L'automne est la saison où  
 la température est la plus uni-  
 forme , la plus constante & la  
 plus agréable ; le beau temps se  
 prolonge pour l'ordinaire jusques  
 vers le milieu de Novembre. Des  
 pluies succèdent bientôt à ces  
 beaux jours , & durent tant que  
 les vents d'ouest se soutiennent,  
 mais dès que ceux du nord les  
 remplacent, ils amènent le froid,  
 & l'hiver est décidé ; c'est ordi-  
 nairement dans le mois de Dé-  
 cembre.

Pendant les mois de Janvier  
 & de Février, il survient des

alternatives de gelées & de dégels , de neiges & de pluies. La gelée est cependant assez constante pendant le mois de Février. Alors le froid est quelquefois très-piquant ; le thermometre de Réaumur descend jusqu'à dix & douze degrés au dessous du terme de la glace.

Cette température s'adoucit au mois de Mars, il paroît quelques beaux jours qui sont troublés par le froid, la pluie, les giboulées. Cette inconstance du temps se soutient jusques vers le milieu de Mai, temps où le soleil commence à se montrer plus souvent. Quelquefois la fin de Mars & le commencement d'Avril sont assez chauds pour hâter la végétation qui se trouve subitement arrêtée ensuite par quelques gelées vers les premiers jours du mois de Mai. Cet événement est assez marqué pour

priver les Messins des fruits printaniers.

Ces variations du printemps sont aussi une cause fréquente de maladies pour les Citoyens qui se pressent de jouir des premiers beaux jours & de quitter les habits d'hiver. Sydenham, ce Médecin célèbre qui a mérité le surnom d'*Hippocrate Anglois*, prétend „ qu'il meurt plus de „ monde pour s'être dégarni „ avant le temps, ou pour s'être „ imprudemment exposé à la „ fraîcheur, ayant chaud, qu'il „ n'en périt par la peste, la „ guerre & la famine, ces fléaux „ si souvent acharnés à la perte „ du genre humain. “

Rien de si commun à Metz que les maux qui sont les tristes effets de ce desir précocce de jouir des premiers momens du printemps : on prend des vêtemens plus légers, on sort des

maisons, même de la Ville, pour recueillir avec empressement les premiers rayons du soleil, on se livre à une promenade longue & active, les pores s'ouvrent, la transpiration se répand au dehors; enfin, fatigué par un exercice devenu excessif, respectivement au repos dans lequel on s'étoit engourdi pendant tout l'hiver, on profite du premier endroit commode pour s'y reposer, & dans le moment où les sens se livrent le plus délicieusement au spectacle nouveau dont on jouit, il survient un nuage, le soleil se voile, le froid recouvre ses droits, la peau en est affectée, les pores se resserrent, la transpiration se supprime, elle est retenue dans le tissu cellulaire, ou répercutée sur les organes intérieurs, & bientôt on devient la victime de son imprudence.

Une précaution essentielle dans tous les temps contre ces accidens , seroit de porter sous la chemise , immédiatement sur la peau , une de ces petites camisoles connues sous le nom de *sergettes*. Elles transmettent à la chemise la matiere de la fueur , & lorsqu'elle vient à se refroidir , la peau garantie par la sergette n'en est point affectée.

Les commencemens de l'été sont rarement fort chauds , à cause des montagnes des Vosges , qui , comme je l'ai dit , gênent le cours des vents du midi , & les privent d'une partie de leur chaleur. Dès qu'il a fait un peu chaud pendant quelques jours , il survient des orages qui refroidissent l'air & forcent bientôt à recourir à des vêtemens moins légers. Ce n'est guere que vers la fin de Juillet , &

pendant le mois d'Août, qu'il existe à Metz des chaleurs un peu vives & constantes, c'est sur-tout vers le temps de la moisson.

Les mois de Septembre & d'Octobre nous ramènent le matin quelques brouillards qui se dissipent vers dix ou onze heures, & quelquefois plutôt, ce qui n'empêche pas que l'automne ne soit la saison la plus agréable.

Si nous rapprochons ce tableau de celui de l'état habituel de l'atmosphère à Metz, nous verrons que, pendant la moitié de l'automne, tout l'hiver & une grande partie du printemps c'est le regne de l'humidité froide, & que, pendant l'été & les premiers jours de l'automne, l'atmosphère est chaude & humide, ou tiède & humide. Ces constitutions ne sont modifiées

que par les vents d'est & de nord qui diminuent l'humidité & la chaleur, & s'opposent à ce que leurs effets soient aussi nuisibles qu'ils pourroient l'être, sans leur secours. C'est à cela qu'il faut attribuer la différence qui se trouve dans le nombre des maladies d'une année, comparé à celui d'une autre. Lorsque les vents correctifs ont soufflé souvent & long-temps, les maladies sont moins nombreuses & moins funestes ; mais s'ils ont peu soufflé, les effets réunis & successifs des mauvaises qualités de l'atmosphère, multiplient les maladies qui deviennent plus ou moins sérieuses, selon le degré du froid ou de la chaleur.

Dans tous les cas, ces maladies ont toujours à-peu-près le même caractère ; mais il a plus ou moins d'intensité. Elles tiennent en général des maladies

catarrales. Elles sont ordinairement simples au printemps : on voit, dans cette saison, les enchiffrenemens, les rhumes, les esquinancies légères, les attaques passagères de rhumatismes, les fièvres vernaies, &c.

L'hiver, lorsque le vent du nord souffle, elles se compliquent d'inflammation; elles prennent la forme de pleurésies, de péripneumonies, d'angines, d'attaques violentes de rhumatismes, &c.

Vers la fin de l'été, après les chaleurs vives de la moisson, lorsque la bile a été exaltée, la disposition bilieuse s'unit à la disposition catarrale, & l'on voit régner des fièvres catarrales-bilieuses & péripneumoniques; le plus souvent il s'y joint de la putridité, & l'engeance vermineuse vient encore les compliquer davantage.

La constitution putride est , à la vérité, la suite de la dégénération des humeurs occasionnée par la chaleur humide ; mais on a vu qu'à Metz il s'y joint d'autres causes locales qui en déterminent plus sûrement le caractère. On ne doit donc pas être surpris de voir les fièvres s'y compliquer de tant de manières différentes.

Si les chaleurs de l'été n'ont pas été bien vives, & que la matière transpirable répercutée, ainsi que la matière jaune bilieuse, se soient plus épaissies qu'exaltées, elles produisent des engorgemens difficiles à résoudre. Si c'est le poumon qui s'en trouve surchargé, il en résultera, vers la fin de l'automne, des fausses péripleumonies. Si ces matières s'établissent dans les viscères du bas-ventre, il en naîtra des engorgemens qui pro-

duiront des fievres intermittentes opiniâtres; ou bien, il se formera des obstructions qui donneront dans la suite naissance à bien des maux, & d'où résultent, pour l'ordinaire, des hydropisies de différentes especes.

Telles sont les maladies dont l'observation nous prouve l'existence à Metz & dans les environs. „ Elles ne viennent pas „ tout d'un coup, quoique leur „ irruption paroisse subite, elles „ s'accumulent par degrés, „ selon la remarque d'Hippocrate.

Il est des circonstances particulieres qui, sans changer l'influence marquée des saisons sur le corps humain & sur les maladies qui l'attaquent, peuvent faire varier ces maladies & les rendre plus ou moins graves. Par exemple, dans les années où l'on a éprouvé une forte de disette, où le pain étoit si rare

& si cher, que les Citoyens de la classe inférieure étoient forcés de s'en priver, & de s'alimenter de substances ou peu nourrissantes ou mal saines, il n'auroit pas été étonnant que les maladies ordinaires à chaque saison eussent revêtu des formes différentes, & eussent présenté des symptomes plus effrayans que les années précédentes. C'est au Médecin à distinguer les effets de l'inanition, de ceux de la constitution.

La différence qui existe entre la nourriture des riches & celle des pauvres, ainsi qu'entre leur maniere de vivre, mérite aussi quelque attention de la part du Médecin praticien; car dans l'exercice d'un Art aussi difficile, on ne fauroit avoir trop de *données*, on ne fauroit trop les comparer, les discuter, les combiner, si l'on veut se procurer quelques

résultats fatifsaisans, quelques conséquences certaines.

Après avoir démontré l'origine commune des maladies qu'on observe le plus ordinairement à Metz, il me resteroit à établir plus spécialement leur nature, leur division & la meilleure manière de les traiter. Je me propose d'en faire l'objet de plusieurs autres Mémoires qui serviront de suite & de développemens à celui-ci. Je me contenterai, pour le terminer & remplir le but que je me suis proposé, d'indiquer les moyens les plus simples & le plus à la disposition de tous, par lesquels on peut prévenir une partie de ces maux & s'en garantir. Je les trouve dans l'usage raisonné des alimens & de l'exercice.

Ce n'est pas une tâche facile, que de prescrire l'espece d'aliment à laquelle on doit donner  
la

la préférence pour conserver la santé. Le tempérament de chaque individu est plus ou moins décidé, plus ou moins compliqué; dans l'un il favorise l'action des causes de maladies; dans l'autre, il s'y oppose & l'anéantit, selon cette maxime d'Hippocrate: „ Une chose incommode l'un & fait du bien à l'autre, parce qu'un corps differe d'un corps, une constitution d'une constitution, un aliment d'un aliment. “

De la combinaison de ces diverses circonstances résulte l'emploi des alimens dont il faut conseiller l'usage; mais il m'est impossible de m'astreindre ici à toutes ces regles spéciales; ce n'est pas le tempérament individuel que j'examine, c'est le tempérament national, la maniere d'être habituelle d'un Peuple entier; c'est l'influence gé-

nérale du climat & des saisons.

Nous avons vu que le caractère le plus marqué de l'atmosphère de Metz est l'humidité froide. Quels sont les aliments qui conviennent le mieux pour en corriger ou prévenir l'influence malade ? Il n'est pas nécessaire, pour répondre à cette question, de faire de grandes recherches sur la nature des substances alimentaires & de la matière nutritive qu'elles fournissent. Ce n'est pas le cas d'étaler avec luxe les principes chymico-physiques sur lesquels est fondé le travail de la digestion. Il suffit de présenter en peu de mots le résultat sûr de l'observation sur cet objet.

Il est constant que dans le Nord & pendant l'hiver, par un vent sec, on mange davantage & l'on digère plus facile-

ment. Sous la ligne, au contraire, pendant l'été & quand les vents sont humides, on mange moins & le travail de la digestion est plus lent. C'est la connoissance de ces variétés, & le bon usage qu'on peut en faire, qui mettent le Médecin à portée de tourner au profit de la machine les ressources que la nature nous offre en elle ; car c'est la nature qui est le premier maître du Médecin, & il n'est heureux qu'à proportion qu'il en fait la marche avec plus de facilité, & qu'il la suit avec plus de précision.

C'est la force & l'activité des solides contenus dans de justes bornes, qui entretiennent la régularité des fonctions qui constituent la santé. Si cette force diminue, les liquides ne sont plus préparés comme ils doivent l'être. Ils deviennent ou trop

fluides ou trop épais, & souvent ils ont ce double vice dans des parties différentes. Ils s'arrêtent, Ils croupissent & deviennent acrimonieux, les secrétions se suspendent & la machine se détruit : tels sont les effets les plus ordinaires d'un air froid & humide.

Dans ces circonstances, il faut donner du ton, exciter la nature languissante, ranimer les fonctions, éloigner, en un mot, les dispositions prochaines de maladies. Des alimens corroborans, des assaisonnemens de toute espèce, des boissons fortifiantes peuvent y contribuer.

Le pain bien cuit, les alimens bien épicés, les viandes rôties, les légumes atténuans : le céleri, le persil, le cresson, le raifort, la moutarde, les truffes, les raves, les asperges, les artichaux, les chicoracés conviennent pen-

dant la fin de l'automne, tout l'hiver & le printemps. La boisson doit être du bon vin vieux.

Pendant l'été, cette diete échauffante doit diminuer à proportion de la chaleur : les fruits acidules, les légumes de la saison, s'opposent à la dissolution du sang & corrigent la disposition aux fievres putrides. Il seroit fort utile d'en faire la base de sa nourriture pendant cette saison, si l'estomac n'en est pas trop fatigué : les fraises, les cerises, les groseilles, les prunes bien mûres, & spécialement les mirabelles, délaient les humeurs épaissies, les divisent & les rendent plus fluides, elles corrigent l'acrimonie de la bile & rétablissent les secrétions.

En automne, il faut y ajouter l'usage des fruits fondans de toute espece, leur suc savonneux & sucré contribue à divi-

fer les matieres pituiteuses & bilieuses épaiſſies, & les préparent à être évacuées naturellement par les couloirs des intestins. Il est rare que les personnes qui ont fait usage de ces fruits, soient exposées aux maladies de cette saison. Il est d'expérience que c'est un moyen sûr de prévenir les dyſſenteries, les fievres bilieuses, & de corriger la disposition atrabilieuse qui produit les fausses péripneumonies & les obstructions des visceres.

J'ai souvent entendu, à Metz, demander aux Médecins si l'on pouvoit y faire usage de café? C'est ici le lieu de présenter sur cet objet des réflexions qui puissent mettre tout le monde à portée de répondre à cette question.

L'usage du café a eu des défenseurs zélés & des adversaires opiniâtres; on l'a loué avec en-

thoufiasme, on l'a blâmé outre mesure. Il est vraisemblable qu'on ne s'y est pas déterminé fans motif. On cite de part & d'autre des faits sur lesquels on appuie ses raisonnemens. Si les faits font vrais & pourtant contraires, il n'est pas étonnant qu'on en ait tiré des conféquences différentes. Quelle est donc la cause de cette opposition ? C'est que l'on a tiré des conféquences générales & absolues de quelques faits particuliers & relatifs ; c'est qu'on a examiné l'usage du café, en supposant ce qui est impossible, un état de fanté parfaite dans tous ceux qui en prennent ; c'est qu'on a regardé la fanté comme une & généralement la même dans toute l'espece, tandis que chaque homme a sa fanté personnelle dépendante de sa maniere d'être particulière & proprement indivi-

duelle , indépendamment de la santé générale des Habitans d'un même Pays , vivans sous le même climat ; c'est qu'on n'a pas voulu faire attention qu'entre les bûveurs de café , les uns ont la fibre lâche , les liquides épais & glaireux , le tempérament phlegmatique & lent ; & que dans les autres , les fibres exécutent leur mouvement oscillatoire avec promptitude & vivacité , la circulation se fait avec une facilité & une liberté qui ont plutôt besoin de frein que d'aiguillon. Est-il nécessaire , après cela , de faire voir qu'il ne falloit avancer sur l'usage du café aucune assertion générale ; qu'il en est des qualités utiles & nuisibles de cette substance , comme de celles de toutes les substances connues ; qu'elles sont purement relatives , qu'elles ne sauroient être généralement nuisibles ni

généralement utiles , puisqu'elles ne s'exercent pas sur des sujets parfaitement semblables. L'étincelle , quoique toujours la même , ne produit pas toujours les mêmes effets : elle enflamme la poudre , elle s'éteint dans l'eau.

Concluons donc que le café n'est ni bon ni mauvais absolument , & qu'il n'a d'effet utile ou nuisible que relativement aux circonstances. La décoction de café est échauffante , elle augmente l'action des solides & la qualité active du sang. Il est prouvé par l'expérience , qu'elle accélère la digestion , & qu'elle augmente la transpiration insensible ; elle convient donc à ceux qui vivent dans une atmosphère froide & humide , quand d'ailleurs le tempérament individuel n'en fait pas craindre l'action sur des fibres trop tendues , trop seches , & sur un système ner-

veux trop irritable & excessivement sensible.

Ce sont donc les alimens épicés, le bon pain, les vins choisis, le café dont les riches font usage, qui les soutiennent contre les influences catarreuses de l'atmosphère Messine. Les pauvres, qui n'ont pas les mêmes avantages, peuvent trouver une ressource non moins utile dans l'exercice auquel ils sont forcés. Il supplée à leurs alimens, il en corrige les mauvaises qualités, en fortifiant les organes de la digestion, en donnant de l'activité à toute l'économie animale.

Les anciens Médecins, convaincus de la nécessité du mouvement, établirent des regles & des préceptes sur les différentes manieres de s'exercer, & ils en firent un Art, qu'ils appellerent *Gymnastique Médicinale*. Cet Art a fourni dans tous les temps

à la Médecine les secours les plus étendus & les succès les plus frappans. Il triomphe principalement dans tous les cas où l'humidité froide de l'atmosphère diminue ou supprime la transpiration, relâche les solides, ralentit leur mouvement oscillatoire & par conséquent la circulation, rend les sécrétions languissantes, supprime les excréments, & occasionne par-là des maladies lentes & pituiteuses, des congestions locales dues à des humeurs épaissies ou stagnantes, des engorgemens, des obstructions, &c. Tels sont les effets les plus ordinaires de l'atmosphère de Metz. Les indications qu'ils nous présentent continuellement à remplir, sont de ranimer toutes les fonctions, en rendant aux fibres le degré de ton & d'élasticité dont elles manquent.

Le propre du mouvement est d'augmenter les oscillations de la machine ; la légère secouffe qu'éprouve l'estomac , facilite son action ; la succussion de tous les visceres aide la secretion à laquelle ils sont propres , elle favorise le dégorgement des vaisseaux obstrués ; les sucres épais se divisent , ceux qui sont dissous & épanchés se résorbent , la compression immédiate & réitérée des fibres voisines les force à chercher une issue ; le frottement assez sensible des habillemens sur la surface de la peau excite une transpiration abondante. Ainsi l'exercice procure la dissipation des matieres évacuables qui , sans lui , resteroient dans la machine au grand détriment de l'économie animale. Il n'y a donc point dans l'atmosphere Messine de moyen plus puissant pour entretenir la

fanté & prévenir les maladies, que l'exercice.

Les personnes du sexe, naturellement inactives au physique, se préserveroient de toutes les maladies de nerfs si communes de nos jours, si elles se livroient davantage au mouvement. » Si l'on travailloit, dit » Sanctorius, si l'on faisoit de » l'exercice, on pourroit se passer de Médecins & de remèdes. » Il n'y a point, dit aussi » le Chancelier Bacon, de disposition à la maladie, qu'un » exercice approprié ne puisse » corriger. «

Cependant l'exercice pratiqué avec excès, ou mal-à-propos, peut devenir nuisible. Il faut qu'il soit réglé à proportion des forces, & varié selon les besoins.

» Le temps, la durée, le lieu de l'exercice ne sont pas indiffé-

rens. L'expérience a prouvé que le mouvement convient mieux avant le manger, & sur-tout avant le dîner. J'ai dit qu'il rendoit le cours des humeurs plus libre, & qu'il les dispofoit davantage aux fekrétions & aux exkrétions. Pour produire fructueufement ces effets, il faut que la digeftion foit absolument terminée, que les matieres nutritives foient propres à être appliquées, & que celles qui doivent être évacuées foient difpofées à l'évacuation. L'exercice ne peut donc convenir que long-temps après avoir mangé; c'est ce qui a fait dire à Sanctorius „ que „ l'exercice qu'on fait entre la „ feptieme & la douzieme heure „ avant le repas, fait fortir en „ une heure plus de matieres „ transpirables, qu'en trois heures dans tout autre temps. „ C'est auffi fur ce fondement que

que Galien conseille un repos entier à ceux chez qui la digestion & la coction se font lentement & imparfaitement, jusqu'à ce qu'elles soient achevées. L'exercice, pendant la digestion, précipite la distribution des humeurs avant que chacune d'elles soit élaborée dans la masse générale, & ait acquis les qualités nécessaires pour la fonction à laquelle la nature l'a destinée; d'où s'ensuivent des acidités, des engorgemens, des obstructions.

Un léger exercice après le repas peut cependant être utile à ceux dont les humeurs trop épaisses circulent avec tant de lenteur, qu'elles ont besoin continuellement d'être excitées dans leur cours.

Quant à la durée de l'exercice, Galien lui a fixé des loix sages & auxquelles il est utile de se soumettre. Il conseille de con-

tinuer l'exercice , 1°. jusqu'à ce qu'on commence à se sentir un peu gonflé ; 2°. jusqu'à ce que la couleur de la surface de la peau semble s'animer un peu plus que dans le repos ; 3°. jusqu'à ce qu'on se sente une légère lassitude ; 4°. enfin jusqu'à ce qu'il survienne une petite sueur , ou du moins qu'il s'exhale une petite vapeur chaude de toute la surface du corps. Dès qu'un de ces effets paroît , il faut discontinuer l'exercice , il ne pourroit pas durer plus long-temps sans devenir excessif , & par conséquent nuisible.

Le premier & le second de ces signes , annoncent que le cours des humeurs est assez libre , puisqu'il a pénétré dans les petits vaisseaux de la peau , & que la transpiration est disposée à s'y faire convenablement. Le troisième prouve qu'on a fait une

dépense suffisante de forces, & le quatrieme, que le superflu des humeurs se dissipe, & qu'ainsi l'objet de l'exercice à cet égard est rempli.

Il faut se livrer à la promenade dans le temps que l'air est serein & tempéré, deux heures après le lever & avant le coucher du soleil ; l'air trop chaud ou trop froid seroit nuisible. C'est l'avis d'Hippocrate. C'est aussi celui de Celse : „ Evitez le soleil du  
 „ midi, disoit-il aux Romains,  
 „ éloignez-vous du bord d'un  
 „ fleuve ou des étangs, & ne  
 „ vous fiez point à un ciel cou-  
 „ vert de nuages, de peur que  
 „ vos corps ne passent trop ra-  
 „ pidement de la chaleur au  
 „ froid. “

Le conseil d'éviter le soleil du midi est presque inutile. Il est peu d'hommes qui s'exposent à ce degré de chaleur, sans chercher

l'ombre avec empressement. Il l'est bien davantage pour les Dames ; elles ne sont pas assez imprudentes pour livrer leur teint aux ravages du soleil. Mais ces motifs mêmes qui font rechercher l'ombre , exposent à des dangers dont on se défie peu. On attend que le soleil se couche pour se montrer à la promenade , dans l'intention d'y respirer le frais , & c'est ce frais si recherché , qui est une des sources les plus fécondes des maladies catarrhales : lorsque le soleil se couche , l'air se refroidit , il perd une partie de la propriété qu'il empruntoit de la chaleur , de tenir en dissolution une plus grande quantité d'eau. Cette eau , devenue surabondante , se précipite à la surface des corps qui s'y trouvent exposés ; la transpiration se supprime , & il en résulte des enchifrene-

mens, des douleurs de tête, & tout le cortège des maux qui dépendent de la transpiration répercutée.

Le danger devient plus inévitable, si le lieu où l'on se promene est voisin d'une riviere, l'humidité qui s'en éleve se joint à celle que l'air laisse échapper, & leurs effets réunis n'en deviennent que plus nuisibles.

Il n'est pas plus sage de choisir l'après-souper pour se livrer au plaisir de la promenade; l'humidité de l'air est augmentée, & son activité malfaisante s'est fortifiée par son refroidissement. » Ceux  
 » qui cherchent, dit Sanctorius,  
 » à respirer un air trop frais  
 » après le souper, s'exposent à  
 » une suppression assurée de la  
 » transpiration insensible, sur-  
 » tout dans les parties du corps  
 » qui ne sont pas vêtues. « Dès  
 la nuit même ou le jour suivant,

on sent du froid & de la pésanteur à la tête & sur le cou, il survient des frissons vagues & un peu de fièvre; quelquefois on en est quitte pour un écoulement, une destillation de l'humour âcre répercutée, qui s'épaissit bientôt & continue de s'évacuer par le nez ou par les crachats en peu de jours: mais il arrive d'autres fois qu'il se fait un engorgement plus opiniâtre.

Il est donc essentiel d'éviter les impressions de ce froid humide, & lorsqu'on est forcé de s'y exposer, il faut se vêtir assez pour n'en être pas incommodé. C'est ainsi qu'en choisissant ses alimens, en faisant de l'exercice à propos, on parviendra à corriger les influences vicieuses de l'air que les Messins respirent: ces moyens sont au pouvoir de tout le monde; quant à ceux qui pourroient corriger la fétidité

des vapeurs qui corrompent l'atmosphère, c'est aux hommes qui ont la confiance du Gouvernement à les employer. En travaillant pour l'utilité commune, ils jouiront les premiers des avantages qu'ils auront procurés aux Citoyens. Je me croirai fort heureux si les réflexions que je mets ici sous les yeux de tous, peuvent arrêter fructueusement l'attention des Chefs sur les plans de réforme que le zèle du bien public m'a dictés.

