
CHAPITRE III.

Ce qu'il faut faire dans les commencements des maladies. Diète des maladies aiguës.

§. 31. **J'**Ai fait voir les dangers du régime & des principaux remèdes qu'on emploie généralement parmi le peuple. Je dois indiquer actuellement ce qu'on peut faire sans aucun risque, dans les commencements des maladies aiguës quelconques, & le régime général qui convient à toutes. Ceux qui auront envie de tirer quelque fruit de ce traité, doivent faire attention à ce chapitre; parce que dans le reste de l'ouvrage, pour éviter les répétitions, je ne parlerai du régime que quand la maladie en exigera un différent de celui que je détaillerai actuellement; & quand je dirai *qu'il faut mettre un malade au régime*, cela signifiera qu'il faut le traiter de la façon prescrite dans ce chapitre; & l'on fera tout ce que je vais indiquer relativement à l'air, aux aliments, à la boisson, aux lavements, excepté quand je prescrirai expressément autre chose, comme d'autres tisanes ou d'autres lavements.

§. 32. La plupart des maladies, (j'entends toujours aiguës ou fiévreuses) s'annoncent souvent, quelques semaines, ordinairement quelques jours à l'avance, par quelques dérangements dans la santé, comme un léger engourdissement, un peu moins d'agilité, moins d'appétit, un peu de pesanteur d'estomac, plus de facilité à se fatiguer, quelques embarras de tête, un sommeil plus pesant, mais moins tranquille & qui ne répare pas les forces comme auparavant,

moins de gaieté, quelquefois un peu d'embaras dans la poitrine, un pouls moins régulier, une disposition au froid, plus de facilité à suer, quelquefois la cessation des sueurs ordinaires. L'on peut, à cette époque, prévenir, ou au moins diminuer considérablement les maux les plus fâcheux, par des attentions aisées, que je réduis à quatre.

1^o Renoncer à tout travail violent, mais continuer cependant un exercice très-doux.

2^o Se réduire à très-peu ou à point d'aliments solides, renoncer sur-tout entièrement à la viande, au bouillon, aux œufs & au vin.

3^o Boire abondamment, c'est-à-dire, au moins un pot & demi, ou deux par jour, par petits verres, de demi-heure, en demi-heure, de la tisane (N^o 1 ou 2,) & même d'eau tiède, sur chaque pot de laquelle on mettroit un demi-verre de vinaigre. Il n'y a personne à qui ce dernier secours puisse manquer. Si l'on n'a-voit pas du vinaigre, on boiroit de l'eau tiède pure, & l'on mettroit sur chaque pot quinze ou vingt grains de sel de cuisine. Ceux qui auroient du miel, feroient très-bien d'en mettre deux ou trois cuillerées dans l'eau. L'on pourroit aussi employer, avec succès, une infusion de fleurs de sureau ou de tilleul. Le petit-lait, bien clair, peut également servir.

4^o Prendre des lavements d'eau tiède ou celui qui est indiqué (N^o 5.) En suivant cette méthode, on a souvent coupé racine aux maladies les plus graves; & lorsqu'on ne peut pas les empêcher de paroître, au moins on les rend plus douces, & l'on en diminue beaucoup le danger.

§. 33. Malheureusement l'on suit une méthode toute contraire. Dès qu'on sent ces dérangements, l'on se borne à ne manger que de la viande, des œufs, du bouillon; l'on renonce

aux jardinages & aux fruits, qui seroient si utiles, & l'on boit, pour se fortifier l'estomac & chasser les vents, du vin ou quelques liqueurs qui ne fortifient que la fièvre, & ne chassent que les restes de la santé. L'on empêche par là toutes les évacuations, l'on ne détrempe point les matieres qui occasionnent la maladie, on ne les rend point propres à être évacuées; au contraire, elles deviennent plus âcres & plus difficiles à être emmenées; au lieu que la quantité d'une boisson délayante & rafraîchissante, détrempe & détache toutes les matieres étrangères, elle éclaircit le sang, & au bout de quelques jours, tout ce qu'il y avoit de nuisible s'évacue par les selles, par les urines, ou par les sueurs.

§. 34. Quand la maladie a fait de plus grands progrès, & que le malade est déjà saisi par ce froid plus ou moins violent qui précède presque toutes les maladies, & qui est ordinairement accompagné d'un accablement total, & de douleurs dans tout l'extérieur du corps, il faut ou le mettre au lit, s'il ne peut pas rester debout, ou qu'il se tienne tranquillement assis, un peu plus couvert que de coutume, & qu'il boive tous les quarts d'heure un petit verre chaud de la boisson (N^o 1 ou 2,) ou si elle manque, de quelqu'une de celles dont j'ai parlé §. 32.

§. 35. Les malades veulent qu'on les couvre beaucoup pendant le froid; mais il faut être extrêmement attentif à les découvrir dès qu'il diminue, afin que, quand la chaleur commence, ils n'aient rien de plus que leurs couvertures ordinaires; il seroit même à souhaiter qu'ils eussent moins. Les paysans couchent sur une couette & sous un duvet qui est d'un poids immense, & la chaleur que donne la plume est très-fâcheuse.

pour les fiévreux ; cependant , comme ils y sont accoutumés , on peut tolérer cette coutume pendant une partie de l'année , mais pendant les chaleurs , ou toutes les fois que la fièvre est extrêmement forte , ils doivent coucher sur la paille , ils en seront infiniment mieux , & rejeter le duvet , pour ne se couvrir que de draps ou de quelque autre chose moins dangereuse que la plume. L'on ne peut croire que quand , comme moi , l'on en a été témoin , combien l'on soulage le malade en lui ôtant son duvet. Le mal prend sur le champ une nouvelle face.

§ 36. Dès que la chaleur est venue , & que la fièvre est bien déclarée , l'on doit pourvoir au régime du malade.

I. Il faut avoir soin que l'air de la chambre ne s'échauffe pas trop ; qu'il y ait le moins de monde , & qu'on y fasse le moins de bruit possible ; que personne ne parle au malade sans nécessité. Il n'y a rien qui augmente plus la fièvre & fasse plus rêver que trop de personnes dans la chambre , & sur-tout auprès du lit : elles gâtent l'air , elles en empêchent le renouvellement , & la variété des objets occupe le cerveau. Il faut , quand le malade a été à la selle ou qu'il a uriné , emporter ces excréments le plutôt possible. Il faut nécessairement ouvrir les fenêtres soir & matin , au moins un quart d'heure chaque fois , & ouvrir en même-temps une porte , afin que l'air se renouvelle. Mais comme il ne faut pas qu'il y ait un courant d'air sur le malade , on tirera dans le même temps les rideaux de son lit , & s'il n'en avoit point , on en fait , dans le moment , en mettant autour de lui des chaises avec quelques habits qui le garantissent. Si la saison est extrêmement rigoureuse , il suffit d'ouvrir quelques minutes

Chaque fois ; en été , il faut qu'il y ait au moins une fenêtre ouverte jour & nuit (1). Il est aussi très-utile de brûler un peu de vinaigre sur une pelle rouge , cette fumée corrige la putridité de l'air. Dans les grandes chaleurs , quand l'air de la chambre est brûlant , & que le malade en est fort incommodé , on peut arroser de temps en temps le plancher , & mettre dans la chambre quelques grosses branches de saule ou de frêne , qui trempent dans des seaux d'eau.

§. 37. 2. Par rapport à la nourriture du malade , il ne prendra rien du tout de solide ; mais on peut lui préparer , par-tout & en tout temps , la nourriture suivante , qui est une des plus saines , & sans contredit la plus simple. Prenez une demi-livre de pain , la grosseur d'une noisette de beurre , ou même point , & un pot d'eau ; faites cuire le tout jusqu'à ce que le pain soit presque entièrement défait ; on le passe , & l'on en donne une demi-quarte au malade de trois en trois , ou de quatre en quatre heures , & même plus rarement , si la fièvre étoit extrêmement forte. Ceux qui ont des grus , de l'orge , des pois , de l'abermel , du riz , peuvent en prendre cuits de la même façon , avec quelques grains de sel (2).

(1) Il seroit très-dangereux de laisser les fenêtres ouvertes pendant toute la nuit dans les pays chauds ; on fait même qu'en quelques endroits cette pratique seroit mortelle.

Dans l'été , sur-tout si le vent du midi regne , s'il y a beaucoup de sercin & d'humidité , on ne doit point , à notre avis , tenir une fenêtre ouverte pendant toute la nuit ; il faut se contenter de renouveler l'air de la chambre de temps en temps , & lorsqu'on s'aperoit d'une mauvaise odeur , ou d'une trop grande chaleur.

(2) On donne à Lyon des bouillons de viande aux malades ; on les donne en général trop forts & trop souvent. Cet abus , contre lequel les Médecins ne cessent de

§. 38. L'on peut aussi leur permettre, au lieu de ces especes de soupes, des fruits d'été crus, & en hiver des pommes cuites, ou des prunes & des cerises seches & cuites. Les gens instruits ne seront pas surpris de voir ordonner les fruits dans les maladies aiguës; ils en voient les succès tous les jours; ce conseil ne révoltera que ceux qui sont encore trop imbus des anciens préjugés; mais en réfléchissant, ils sentiront que ces fruits qui désalterent, rafraîchissent, abattent la fièvre, corrigent la bile corrompue & échauffée, entretiennent la liberté du ventre & font couler les urines, sont l'aliment le plus convenable pour les fiévreux. Aussi ils le désirent ardemment; & j'en ai vu plusieurs qui ne s'étoient guéris qu'en mangeant en cachette une grande quantité de ces fruits qu'ils désiroient avec passion, & qu'on leur refusoit. Ceux qui ne sentiront pas ces raisons, peuvent au moins hasarder un essai sur ma parole; leur propre expérience les convaincra bientôt de l'utilité de cette espece d'aliment. L'on peut donc hardiment donner dans toutes les fièvres continues des cerises, des griottes, des fraises, des raisins de mars, des framboises, des mûres; mais il faut que tous ces fruits soient très-mûrs. Les pommes, les poires, les prunes sont moins fondantes, moins remplies de jus, & conviennent moins. Il y a cependant quelques especes de poires extrêmement aqueuses, telles que le doyné, les dif-

s'élever, entraîne avec lui mille maux. Si les malades étoient réduits à leur seul instinct, ils refuseroient ces bouillons. L'abus de leur raison les rend plus malheureux que les brutes.

Nous ne saurions trop recommander de faire les bouillons légers avec le mouton, le veau & peu ou point de bœuf, sans volaille, sur-tout dans le commencement des maladies. Nous préférons même souvent ceux que M. Tissot prescrit ici avec du pain & du beurre.

férentes especes de beurré, le saint-germain, la virgouleuse, le sucré-verd, la royale d'été, qu'on peut employer ; on peut aussi prendre un peu de jus de prunes bien mûres, avec de l'eau. J'ai vu cette dernière boisson désaltérer un malade mieux qu'aucune autre. L'attention qu'on doit avoir, c'est de n'en pas prendre de grosses quantités à la fois, sans quoi l'estomac seroit surchargé, & le malade souffriroit ; mais si l'on en prend souvent & peu, il n'y a rien de plus salutaire. Ceux que leur situation met à même d'avoir des oranges douces ou des citrons, peuvent également en manger les cœurs avec succès ; il faut rejeter l'écorce qui échauffe.

§ 39. 3. L'on doit faire usage d'une boisson qui désaltère, abatte la fièvre, délaie, relâche & aide les évacuations par les selles, les urines & la transpiration. Toutes celles dont j'ai parlé dans les chapitres précédents, réunissent toutes ces qualités. L'on peut aussi mettre un verre, ou un verre & demi du jus des fruits dont je viens de parler, dans un pot d'eau.

§. 40. Les malades doivent boire au moins deux ou trois pots par jour, souvent & peu à la fois, c'est-à-dire, un verre tous les quarts d'heure. Il faut que la boisson ait perdu le grand froid.

§. 41. 4. Si le malade ne va pas tous les jours deux fois du ventre, si les urines ne sont pas abondantes, ou si elles sont rouges, si le malade rêve, si la fièvre est forte, les maux de tête & de reins considérables, le ventre douloureux, les envies de vomir fréquentes, il faut donner un lavement (N^o 5,) au moins une fois par jour. Le peuple n'aime pas ce remède ; il n'y en a cependant point de plus utile dans les maladies fiévreuses, sur-tout dans les cas que je viens d'indiquer, & un lavement soulage ordinairement.

tement plus que si on buvoit quatre ou cinq fois la même quantité de liquide. L'usage des lavements dans les différentes maladies, sera déterminé en parlant de chacune ; mais il ne faut jamais les donner dans le moment où le malade a une sueur qui le soulage.

§. 42. 5. Tant que le malade en aura la force, il faut qu'il se tienne tous les jours hors du lit une heure, & plus s'il le peut ; mais au moins une demi-heure. Cela diminue la fièvre, le mal de tête & les rêveries. Il faut éviter de lever le malade pendant qu'il auroit une sueur de nature à le soulager ; mais ces sueurs ne viennent jamais que sur la fin des maladies, & après que le malade a eu beaucoup d'autres évacuations.

§. 43. 6. On lui raccommode son lit tous les jours pendant qu'il sera levé, & l'on changera les linges, tant du lit que du malade, tous les deux jours si on le peut. Un préjugé pernicieux établit une pratique contraire, qui est très-dangereuse. On craint de sortir le malade du lit, on le laisse dans des linges pourris, chargés de corruption, & qui par-là, non-seulement entretiennent la maladie, mais peuvent même lui donner un caractère de malignité. Je le réitere, rien n'entretient la fièvre & les rêveries comme de ne point sortir du lit & de ne point changer de linge ; & j'ai fait cesser par ce double moyen, sans aucun autre secours, des rêveries qui duroient depuis douze jours, sans interruption. L'on dit que le malade est trop foible, mais c'est une mauvaise raison ; il faut qu'un malade soit presque mourant pour ne pas soutenir cette opération, qui, lors même qu'il l'éprouve pour le moment, augmente ses forces, & diminue ses maux d'abord après. Un avantage que les malades retirent du séjour
hors

Hors du lit, c'est que les urines coulent plus abondamment & avec facilité. L'on en voit quelquefois qui n'urinent point du tout, si on ne les sort pas du lit.

Il y a un très-grand nombre de maladies aiguës que ce seul régime guérit radicalement, & il les adoucit toutes. Si on ne l'emploie pas, les remèdes sont le plus souvent inutiles. Il seroit à souhaiter que le peuple fût que l'on ne peut pas brusquer les maladies; qu'elles doivent avoir un certain cours, & que l'usage des remèdes violents qu'il aime à employer, peut bien les abrégier en le tuant, mais ne guérit jamais plus vite, & au contraire rend la maladie plus fâcheuse, plus longue, plus opiniâtre, & laisse souvent des suites qui le font languir toute sa vie.

§. 44. Ce n'est pas assez de bien conduire la maladie, il faut encore soigner la convalescence qui est toujours un état de foiblesse, & par-là même de langueur. Le même préjugé qui tue les malades en les forçant à manger pendant que la maladie est dans sa force, s'étend sur la convalescence, & la rend fâcheuse & longue, ou produit des rechûtes quelquefois mortelles, souvent des maux chroniques. A mesure que la fièvre diminue, on peut insensiblement augmenter la quantité de la nourriture; mais tant qu'il en reste, il convient de s'en tenir aux aliments que j'ai indiqués. Dès qu'elle est finie, on peut passer à des aliments différents, & prendre un peu de viande blanche, moyennant qu'elle soit tendre, du poisson, un peu de bouillon, quelques œufs, du vin trempé. Ces aliments qui sont utiles & servent à réparer les forces, quand on en use modérément, retardent la guérison dès qu'on en prend un peu trop; parce que l'estomac étant extrêmement affoibli par la maladie & par les

remèdes , n'est capable que d'une très-petite digestion ; & si on lui donne au-delà de ses forces , tout ce qu'on prend ne se digere point , mais se corrompt (1). Il survient de fréquents retours de fièvre , un abattement continuel , des maux de tête , un assoupissement sans pouvoir dormir , des douleurs & des chaleurs dans les bras & dans les jambes , de l'inquiétude , de la mauvaise humeur , des vomissements , des diarrhées , des obstructions , quelquefois une fièvre lente & des dépôts de pus.

L'on prévient tous ces maux en se contentant de très-peu d'aliments ; & si l'on veut fortifier un convalescent , il faut le tenir à une diète légère. Ce n'est pas ce qu'on avale qui nourrit , ce n'est que ce que l'on digere. Le convalescent qui avale peu , le digere & se fortifie ; celui qui avale beaucoup , ne le digere pas , & bien-loin d'être nourri & fortifié , il périt peu à peu.

§. 45. L'on peut réduire au petit nombre de règles suivantes ce qu'il y a de plus essentiel à observer pour terminer parfaitement les maladies aiguës , & empêcher qu'elles ne laissent quelques vices dans la santé.

1. Que les convalescents comme les malades prennent très-peu à la fois , & fréquemment.

2. Qu'ils ne prennent jamais qu'une forte d'aliment dans un repas , & qu'ils n'en changent pas trop souvent.

(1) Les convalescents ne doivent jamais oublier qu'ils ont toujours beaucoup plus d'appétit que de besoin & de force pour digérer ; que c'est à leur besoin combiné avec la force de leur estomac , à déterminer la quantité d'aliments qu'ils peuvent prendre sans s'incommoder , & que quoique le préjugé populaire soit que dans la convalescence , il faut manger peu & souvent , ils ne doivent faire entrer de nouveaux aliments dans leur estomac que lorsque ceux du repas précédent seront bien digérés.

3. Qu'ils mâchent avec beaucoup de soin tout ce qu'ils prennent de solide.

4. Qu'ils diminuent la quantité de la boisson. La meilleure, pour le général, est de l'eau, avec un quart ou un tiers de vin blanc.

Une trop grande quantité de boisson à cette époque, empêche l'estomac de reprendre ses forces, nuit à la digestion, entretient la faiblesse, augmente le penchant à l'enflure des jambes, quelquefois même occasionne une fièvre lente, & jette le malade dans une langueur.

5. Qu'ils se promettent le plus souvent qu'ils pourront, à pied, en voiture, à cheval. Ce dernier exercice est le plus salutaire de tous, & les trois quarts des laboureurs, qui sont à même dans ce pays de se procurer cet avantage sans qu'il leur en coûte rien, ont grand tort de le négliger. Ceux qui voudront en faire usage, doivent monter avant leur plus grand repas, qui doit être celui du milieu du jour, & jamais après. L'exercice pris avant le repas fortifie les organes de la digestion, qui ensuite se fait mieux; si on le prend après, il la trouble.

6. Comme ordinairement ils sont moins bien le soir, il faut qu'à ces heures ils prennent très-peu d'aliments; leur sommeil en sera plus tranquille, & les réparera mieux.

7. Ils ne doivent rester au lit que sept ou huit heures.

8. L'enflure des jambes qui survient presque tous n'est pas dangereuse, & se dissipe d'elle-même quand ils sont sobres & qu'ils prennent du mouvement.

9. Il n'est pas nécessaire qu'ils aillent tous les jours du ventre; mais il ne faut pas qu'ils soient resserrés plus de deux ou trois jours; & si cela arrivoit, il faudroit leur donner un lavement le

troisième jour, & même plutôt si l'on voyoit que la constipation leur occasionnât de la chaleur, des gonflements, de l'inquiétude, des maux de tête.

10. S'il leur reste beaucoup de foiblesse, si l'estomac est dérangé, s'ils ont de temps en temps un peu de fièvre, ils prendront trois prises par jour du remède N^o 14, qui rétablit les digestions, rappelle les forces & chasse la fièvre.

11. Il ne faut pas qu'ils reprennent trop tôt leur travail. Cette mauvaise coutume empêche journellement plusieurs payfans de se remettre jamais parfaitement bien, & de reprendre leurs premières forces. Pour n'avoir pas su se reposer pendant quelques jours, ils ne redeviendront jamais aussi robustes ouvriers qu'ils l'étoient auparavant, & ce travail précoce leur fera perdre dans la suite, chaque semaine de leur vie, plus de temps qu'ils n'en ont gagné une seule fois. Je vois tous les jours des laboureurs, des vigneron, des manœuvres languissants; presque tous datent le commencement de leurs langueurs depuis quelque maladie aiguë, qui par le manque de ménagement dans la convalescence, n'a pas été bien guérie. Un repos de sept ou huit jours de plus leur auroit épargné toutes ces infirmités; mais c'est ce qu'on a peine à leur faire comprendre. Le peuple dans ce cas & dans beaucoup d'autres, ne fait calculer que pour le jour, & n'étend point ses vues au lendemain; il ne fait faire aucun sacrifice à l'avenir; il en faut cependant pour se le rendre favorable.

