

» déploierait toute la sagacité possible dans l'application des moyens les plus
» propres à détruire la phlogose du poumon; si le régime ne concourt au
» même but, ils seront presque toujours sans effet. » Qu'est l'hydrothérapie,
sinon tout simplement l'emploi d'un régime gymnastique avec une bonne
nourriture, la propreté de la peau et son activité pour la fonction exhalatrice?
C'est une fièvre artificielle et médicatrice qu'on provoque. En effet, l'action
de l'eau froide est de resserrer les tissus, d'abaisser la température, de
ralentir la circulation et enfin de diminuer la sensibilité par des moyens
gymnastiques, la promenade ou la course; après ce premier effet, on en
obtient un autre consécutif, la chaleur et la diaphorèse; en même temps on
fait usage d'une nourriture tonique et succulente. Voilà en quoi consiste
l'hydrothérapie, que les anciens, comme Hippocrate, Arétée, Galien, etc.,
n'ont pas manqué de préconiser.

L'influence du régime, en vérité, est lente et durable, mais intéressante
sous tous les points de vue; il étend son action sur toutes les parties du
corps. Non-seulement il conserve la santé, non-seulement il tend à modifier
la manière d'être des organes, mais encore il modifie la sensibilité; en un
mot, il agit et sur le physique et sur le moral, comme le dit très-bien Ca-
banis: « Puisque le régime influe sur la manière d'agir des organes, il doit,
en effet, encore influencer sur le caractère des sensations; il est évidemment
impossible qu'il n'influe pas sur celui des idées et des penchants. »

Son importance et son utilité étant démontrées par l'expérience, pouvons-
nous dire que nous possédons des indications précises et bien déterminées
pour chaque cas? Évidemment non; mais nous pouvons dire et affirmer au
moins que nous avons des principes à l'aide desquels nous espérons trouver
la meilleure voie à suivre.

Observation générale sur les substances alimentaires et leur emploi à l'état hygie.

La fonction périodique à laquelle la nature assujettit l'homme, est la
digestion, à la suite de laquelle vient l'absorption, l'assimilation et la désas-