

frappé du contraste que présentent avec eux nos baigns modernes. Sans doute, nos mœurs plus sévères s'accommoderaient mal des pratiques efféminées de l'antiquité, mais combien nous sommes loin d'approcher de cette excessive recherche que l'on remarquait dans les baigns des plus pauvres citoyens de Rome! Nous prenons nos baigns dans un étroit cabinet sans luxe, sans décors, à l'un des coins duquel est placée une étroite baignoire, où l'eau n'exhale d'autre odeur que celle des tuyaux. A la sortie du bain, point de lit de repos, point de massage, point de frictions, point d'essences, une brusque transition du froid au chaud, tel est le bain moderne. Si quelque infirmité vous oblige à recourir au pédicure, arrive un garçon grossier, maladroit, ancien valet d'écurie, avec lequel vous êtes obligé de discuter le prix de l'opération. A plusieurs reprises, on a tenté de faire renaître le luxe des thermes romains; mais ces tentatives ont toujours échoué. A qui la faute? Assurément, les directeurs de ces établissements ne demanderaient pas mieux que de satisfaire ces tendances à un luxe plus raffiné, mais leurs projets d'amélioration ne seraient couronnés d'aucun succès. Nous vivons à une époque de luxe extérieur, où la bourse ne s'ouvre que pour les dépenses de pur appareil. Tel de nos Lucullus qui laisse chaque soir une pièce de 20 francs au bureau de l'Opéra, au comptoir de la Maison Dorée, ne se trouve nullement humilié de descendre aux baigns à 60 centimes. Ajoutons, toutefois, que nous vivons dans un temps où l'on a autre chose à faire qu'à passer la moitié de sa vie dans un établissement de massage et d'épilage. Les anciens avaient énormément de temps à dépenser, et ce n'est certes pas eux qui auraient inventé le *times is money* de nos voisins toujours affairés.

— II. Physiol. et hyg. Les baigns peuvent être liquides, solides ou gazeux. L'eau est l'élément le plus ordinaire du bain liquide; quelquefois il se compose de petit-lait, d'alcool étendu, de vin, d'huile, etc. Poppée, qui fut assassinée par Néron, prenait tous les jours un bain de lait d'ânesse. Au moyen âge et dans les maisons seigneuriales, ces sortes de baigns furent longtemps de mode. La célèbre Mme Tallien remplaçait, en été, le lait par le suc de fraises et de framboises. Le rhum et le tafia sont employés dans les colonies où la canne à sucre est cultivée.

Le bain liquide se prend soit dans une grande étendue d'eau courante ou stagnante, comme une rivière, la mer, un étang; soit dans une piscine, soit enfin dans une baignoire. L'eau est souvent, dans un but thérapeutique, chargée de principes qui lui communiquent des propriétés variées.

Les baigns solides sont en petit nombre; nous nous bornerons à signaler les boues minérales, le marc de raisin et le marc d'olives, enfin les baigns d'arénation ou baigns de sable.

Les baigns gazeux ne sont ordinairement que les baigns de vapeur proprement dits; ils ne s'emploient, comme les baigns solides, que dans un but thérapeutique.

Certaines opérations accompagnent souvent le bain et sont regardées parfois comme des accessoires indispensables. On les pratique soit dans un but de propreté et hygiénique, soit dans un but tout à fait médical. Nous citerons les principales : 1° Les onctions faites avec des onguents et des huiles parfumées; très-longtemps de mode chez les Grecs et les Romains, elles ne sont plus aujourd'hui en usage qu'en Orient; 2° le massage importé de l'Inde en Europe. Voici en quoi il consiste : Le baigneur s'étend sur une table de pierre ou de bois, légèrement arrosée d'eau chaude; le masseur lui comprime le corps dans tous les sens, étire les membres, fait craquer les articulations, frappe fortement sur les épaules et sur les parties charnues; puis, de sa main armée d'un gant de crin, il opère sur toute la surface cutanée une friction vigoureuse. En Russie, on fouette le corps avec des verges ramollies dans l'eau; 3° les frictions faites avec des étoffes de laine, avec des éponges ou bien enfin avec la strigile, grattoir de corne ou d'ivoire avec lequel on racle la peau; 4° enfin, le séchage du corps à la sortie du bain; c'est le plus important de tous ces accessoires. Cette opération doit être faite promptement, surtout en hiver. Rien de plus dangereux que le refroidissement du corps alors qu'il est encore tout humide.

Les baigns, considérés sous le rapport de leur température, se distinguent en baigns froids, baigns frais, baigns tièdes et baigns chauds. L'action qu'ils exercent sur l'organisme présente des différences notables, selon le degré auquel ils sont pris. Généralement, ils agissent ainsi que va nous l'indiquer le professeur Rostan : « 1° Par la pression de l'eau, milieu plus dense que celui auquel la peau est ordinairement soumise; effet auquel on peut attribuer en partie la constriction de la poitrine, la gêne de la respiration dans les premiers moments de l'immersion; 2° par le contact d'un plus grand nombre de molécules qui rend plus prompt et plus intense l'addition ou la déperdition du calorique; 3° par la sensation de température qui est éprouvée; 4° par l'absorption de l'eau qui varie suivant la température du bain et qui est la plus considérable dans le bain tiède; 5° par l'action de l'eau sur la peau, comme le ramollissement, l'imbibition; 6° quelquefois par le choc du liquide. »

Ces effets varient, du reste, selon la tempé-

rature de l'eau et selon le temps pendant lequel on y reste plongé; c'est ce côté de la question que nous avons à étudier.

Le bain froid (de 0 à 15° centigrades) détermine aussitôt une sensation pénible, avec frisson intense suivi d'une contraction spasmodique de la peau; les membres se raidissent et deviennent le siège de crampes douloureuses; la respiration est gênée, la parole pour ainsi dire suspendue, le pouls faible, fréquent; le cœur bat avec violence. Une céphalalgie intense se manifeste et quelquefois même la peau se couvre de taches violacées; le sang abandonne alors la périphérie du corps pour se porter entièrement vers les organes internes. Si ce bain se prolonge quelques minutes seulement, l'horripilation devient plus intense, les lèvres prennent une teinte violente, les yeux s'enfoncent dans leur orbite, les organes génito-urinaires s'atrophient, et il se produit dans l'économie une perturbation telle que la stupefaction en est bientôt le dernier terme.

Au sortir du bain, la réaction s'opère lentement, et, pendant ce laps de temps, quelques-uns des phénomènes que nous venons de décrire persistent encore. La réaction une fois établie, on éprouve une sensation de bien-être et de chaleur agréable. De 15 à 18° centigrades, le bain produit des effets identiques aux précédents, mais avec une intensité moindre; la réaction s'opère plus promptement, s'accompagne d'une vive sensation de fraîcheur et d'agilité, et, pendant la nuit, se manifestent tous les symptômes d'une grande excitation.

Le bain frais (de 19 à 25° centigrades) représente celui que l'on prend à la mer et dans les rivières pendant la belle saison; la température varie alors de 18 à 24° centigrades. Dès les premiers instants de l'immersion, on éprouve, tout d'abord, une impression de froid bientôt remplacée par un sentiment agréable de chaleur qui persiste, surtout si l'on ne reste pas en repos. Dans le cas contraire, et le séjour dans l'eau se prolongeant, le pouls se ralentit, la respiration devient pénible, et un nouveau frisson se produit.

Le bain tempéré (de 24 à 30° centigrades) agit principalement sur la surface cutanée. Sous son influence, la peau se ramollit et devient plus souple. Il ne fait éprouver ni froid ni chaleur; mais si on le prolonge pendant plus d'une heure, il peut déterminer une tendance irrésistible au sommeil.

Le bain tiède (de 31 à 37° centigrades) rougit la peau, la gonfle et, après un certain laps de temps, la ride et la ramollit. Le pouls et la respiration se ralentissent; la face est vultueuse et souvent violacée, surtout chez les individus à constitution sanguine. On éprouve de fréquentes envies d'uriner, et les parties génitales deviennent rouges. La soif est vivement excitée, et le malade n'a quelquefois pas la force de résister au sommeil qui s'empare de lui; enfin le volume du corps augmente. Si l'on en croit Falconer, un adulte plongé pendant une heure dans un bain élevé à cette température absorberait plus de quinze cents grammes de liquide. Lorsque le bain tiède est prolongé, il produit de la faiblesse, les membres s'appesantissent, la digestion est difficile; les facultés intellectuelles elles-mêmes paraissent obscurcies. Si, au contraire, on y séjourne peu de temps, ce bain devient tonique et fortifiant par la réaction qu'il provoque.

Le bain chaud (au-dessus de 32° centigrades) détermine des phénomènes ayant une grande analogie avec ceux qui sont produits par des baigns très-froids : horripilation de la peau, respiration pénible, pouls fréquent, anxiété, céphalalgie, vertiges, quelquefois même syncope. La durée de ce bain ne doit pas excéder dix minutes. Quand on en sort, même après ce court laps de temps, on éprouve une grande lassitude, une extrême faiblesse, dues à la perte considérable causée par la perspiration cutanée.

Les dénominations de baigns froids, tièdes, tempérés, dont nous nous sommes servi, n'ont qu'une valeur relative. L'impression produite par chacun de ces baigns peut varier selon l'idiosyncrasie, la constitution et surtout l'habitude des individus. Ainsi, le docteur Marcard éprouvait des spasmes et une vive anxiété dans un bain chauffé à 27°; le professeur Rostan a signalé l'observation faite sur une jeune dame qui ressentait une chaleur suffocante dans de l'eau à 20°. Le même docteur parle d'une vieille femme qui n'avait jamais pu prendre de baigns de sa vie; sa répugnance était telle, qu'elle étouffait, suffoquait, perdait connaissance aussitôt qu'elle se plongeait dans l'eau. Au contraire, il est certains individus qui se plongent sans inconvénient dans l'eau d'une rivière ou dans la mer à l'époque la plus rigoureuse de la saison, et nous avons connu un beau vieillard de soixante et dix ans qui avait, dès sa plus tendre enfance, contracté l'habitude d'aller se baigner dans l'Hérault, tous les matins, avant le lever du soleil. Et, à ce propos, nous allons raconter une charmante anecdote. Un indigène des bords de la Tamise, visitant un jour les curiosités du sommet du Saint-Bernard, en compagnie de plusieurs religieux, arriva près d'un lac aux eaux presque toujours glacées, et qui ne nourrissait aucun poisson. L'Anglais en manifesta sa surprise aux bons Pères, qui lui répondent qu'aucun poisson ne pourrait vivre dans une eau si froide. Notre insulaire se dépouilla aussitôt de

ses vêtements, plonge dans le lac à plusieurs reprises, s'y livre à tous les ébats qui distinguent les nageurs consommés, puis sort de cette baignoire improvisée, et dit froidement aux religieux stupéfaits : « Mes bons Pères, vos poissons sont des imbéciles. »

En général, les hommes doués d'une constitution nerveuse sont plus sensibles au bain froid que ceux d'une constitution où domine l'appareil musculaire, et réciproquement pour le bain chaud. La durée du bain doit être réglée d'après la température de l'eau et de l'air ambiant. Quand on le prescrit dans un but médical, on doit aussi tenir compte de l'effet qu'on veut produire. Le médecin n'oubliera pas les diverses circonstances que nous venons de relater, et il devra régler prudemment l'emploi d'un moyen si souvent utile, mais qui n'est pas toujours sans danger. Le bain de mer et celui de rivière ne doivent pas se prolonger au delà du deuxième frisson; aussitôt qu'on l'a éprouvé, il faut sortir de l'eau, s'essuyer promptement et ne point rester en repos. Le matin, avant le premier repas, et le soir, de quatre à six heures, et quand la digestion est complètement terminée, sont les moments les plus favorables pour se mettre au bain. C'est une erreur de croire qu'il est dangereux de prendre, pendant la canicule, des baigns en plein air et au milieu de la journée. Le seul inconvénient est d'être exposé à un soleil ardent et aux conséquences de l'insolation, qui peut déterminer des méningites et des érysipèles vulgairement appelés coups de soleil. On doit éviter d'entrer dans l'eau froide ou fraîche en état de transpiration, à cause de la répercussion qui pourrait se produire sur les organes internes. Alexandre le Grand faillit perdre la vie pour s'être baigné, étant en sueur, dans la rivière du Cydnus. Cependant, il est bon que le corps soit, après un exercice modéré, couvert d'une légère moiteur. Enfin, on conseille avec raison, dans le but d'éviter une congestion du cerveau, de se mouiller la tête au moment d'entrer dans le bain froid.

— III. Méd. thérap. Les baigns liquides, dans leurs diverses variétés, sont d'un puissant secours pour le médecin, et très-souvent employés en thérapeutique. Le bain d'eau pure, à différents degrés de température, suffit dans un grand nombre de cas; mais, souvent aussi, on ajoute au bain diverses substances solubles, qui donnent probablement à l'eau des vertus curatives nouvelles. Cette dernière proposition a été l'objet de vives controverses. Le tissu cutané s'empare-t-il d'une partie du liquide ou des principes que ce liquide contient en solution? Quelques auteurs, après expérience, répondent négativement. Nous les croyons dans l'erreur; car, pour nous, il est certain que le corps plongé dans l'eau en absorbe une certaine quantité, nous pourrions dire même une quantité notable. Le fait de Falconer, cité plus haut, le démontre péremptoirement. Quant aux sels qui peuvent être dissous dans l'eau, ils ne sont pas tous également absorbables; le sublimé corrosif, par exemple, peut être administré ainsi à des doses vraiment effrayantes. N'a-t-on pas quelquefois provoqué des purgations à l'aide de pédiloues chargés d'ellébore noir ou blanc? Ne retrouve-t-on pas souvent dans les urines les principes dont le bain était chargé? Les alcalis non-seulement sont de ce nombre, mais encore ils paraissent jouir de la propriété de rendre absorbables certains médicaments qui ne le seraient pas sans cette association. Dans les essais tentés pour élucider la question qui nous occupe, on nous paraît avoir expérimenté avec des solutions chargées de quantités trop fortes de substances actives, et, dès lors, il est arrivé que l'économie animale a éprouvé une sorte d'intolérance organique qui a opposé à l'absorption un obstacle invincible. Telle nous paraît être la cause probable des résultats contradictoires obtenus par les expérimentateurs.

Les baigns aqueux, a dit le professeur Rostan, sont un des plus puissants moyens de l'art de guérir. Pendant plus de six cents ans, les anciens n'ont pas connu d'autre remède. Les propriétés puissantes dont les baigns sont doués les font employer aujourd'hui contre un grand nombre de maladies. Cependant, il faut bien le dire, la science n'a pas encore posé des règles précises sur l'emploi de cette médication, et le praticien doit tous les jours s'en rapporter à sa propre expérience pour juger des cas morbides où il peut être utile d'en faire usage. Aussi nous contenterons-nous d'indiquer les affections principales contre lesquelles leur efficacité est maintenant admise sans conteste.

Le bain très-froid au-dessous de 10° est dangereux. On ne doit y avoir recours que lorsqu'il est urgent de produire une vive réaction. Comme moyen hygiénique, peut-être pourrait-on le conseiller, mais ce ne serait que dans des cas très-rare, qu'il n'est pas possible de prévoir. Le bain froid est employé avec succès contre les scrofules, le rachitisme, surtout si les malades peuvent s'y livrer à l'exercice de la natation. Il convient aussi dans le traitement de la chorée, de l'hystérie, de l'incontinence d'urine, de l'aménorrhée et des brûlures, afin de modérer le travail de la cicatrisation. On devra s'abstenir de donner des baigns froids dans toutes les maladies ayant un caractère inflammatoire, aux enfants doués d'une grande sensibilité nerveuse et prédisposés aux convulsions, et aux vieillards, chez

lesquels ils pourraient déterminer des apoplexies cérébrales. Nous ferons la même recommandation aux femmes pendant l'époque menstruelle, et aux personnes atteintes de maladies du cœur ou d'éruptions cutanées avec exsudation abondante.

Le bain frais produit un effet tonique très-prononcé; il augmente l'appétit et facilite la digestion; il est employé dans les mêmes cas que le précédent, et il n'offre pas les mêmes dangers. C'est dans cette classe qu'on doit ranger les baigns de mer, d'une efficacité si grande dans toutes les maladies où l'atonie est le symptôme prédominant, et dans celles qui dépendent d'un défaut d'équilibre entre le système nerveux et le système sanguin. Quelques médecins anglais ont préconisé le bain frais dans des cas de rougeole grave. Le docteur Aran prétend avoir obtenu de bons résultats de cette médication, qui produirait un effet calmant par la diminution de la chaleur de la peau.

Le bain tiède ou tempéré convient dans les affections papuleuses, vésiculeuses, squameuses et pustuleuses de la peau, à l'état aigu et subaigu; il agit en favorisant la desquamation de la surface cutanée et en rétablissant ainsi la régularité de ses fonctions.

Dans la période de suppuration de la varicelle, le bain tiède répété trois ou quatre fois fait cesser le délire. Cette médication est déjà très-ancienne, et, dans son ouvrage, qui date de 1720, Fischer raconte qu'en Hongrie on ne traite pas autrement les enfants atteints de cette maladie. Dans les accouchements, il calme l'irritabilité de l'utérus et prévient les divers accidents qui pourraient en dériver. Quand il est prolongé, et en raison de l'action relâchante qu'il exerce sur les tissus, il favorise le taxis des hernies difficiles à réduire. Très-utile pour combattre les accidents nerveux qui accompagnent fréquemment le travail de la dentition chez les enfants, le bain tiède ou tempéré est, en outre, avantageusement employé contre le lumbago, le rhumatisme musculaire, certaines constipations rebelles. Très-efficace dans le traitement de la métrite, ce bain convient parfaitement pendant la grossesse; c'est souvent un des moyens les plus sûrs pour empêcher un avortement ou un accouchement prématuré. Alors cependant il ne faut pas en abuser, dans la crainte de trop affaiblir la malade. L'utilité du bain tiède a été encore constatée contre les névroses, quel que soit, du reste, leur siège. Rien n'est meilleur pour calmer cet état d'irritabilité, d'agitation, d'insomnie, qui se montre chez les femmes nerveuses. Il est contraire dans les maladies asthéniques, dans les affections scorbutiques, scorbutiques; chez les personnes atteintes de maladies organiques ou épuisées par d'abondantes évacuations, enfin dans les hydropisies et les hémorragies de toute nature. En un mot, on doit suivre le précepte d'Hippocrate, quand il dit : « Il ne faut pas baigner les faibles. » Le docteur Turck a employé avec succès le bain tiède dans les cas de folie; ce bain doit être alors très-prolongé. Le bain prolongé a réussi encore dans le tétanos, certains cas de brûlure, etc.

Le bain chaud, par son action excitante sur l'organe cutané et les tissus sous-jacents, est avantageusement conseillé dans les douleurs rhumatismales chroniques. Il ramène le cours des hémorroïdes, et fait ainsi cesser les accidents causés par leur suppression. De même, dans le cas d'aménorrhée, il rétablit le flux menstruel. Il a été également employé avec succès pour rappeler certaines éruptions exanthématiques qui avaient cessé brusquement par suite d'un abaissement de température. Mais on ne doit user de ce moyen qu'avec une grande prudence, surtout dans la rougeole et la scarlatine, qui sont fréquemment accompagnées d'accidents du côté des voies respiratoires; l'action d'un moyen aussi excitant que le bain chaud pourrait augmenter la fièvre et l'agitation, déjà si intenses. On doit défendre ce bain à tous les individus prédisposés aux congestions cérébrales et à constitution pléthorique, à ceux qui sont atteints d'inflammations internes et d'affection cancéreuse et squirrheuse de l'utérus et du tube digestif.

Le bain très-chaud n'est plus aujourd'hui d'aucun usage en thérapeutique. S'il est reconnu doué quelquefois d'une certaine efficacité dans quelques cas, il est tellement dangereux par son action sur l'encéphale qu'on a dû renoncer complètement à son emploi.

Baigns médicamenteux ou médicinaux proprement dits. Nous n'avons à parler ici que des baigns d'eau, auxquels, dans un but thérapeutique, on a ajouté diverses substances médicinales ordinairement solubles. Nous n'avons pas à nous occuper des eaux minérales naturelles, non plus que des pratiques de l'hydrothérapie, qui feront le sujet d'articles spéciaux.

1° Baigns liquides. Ils sont aussi nombreux que les substances médicinales dont les principes actifs sont regardés comme solubles. Nous citerons les principaux : Baigns alcalins. C'est une imitation des eaux minérales alcalines de Vichy; ils se présentent aussi très-chargés de sel alcalin, et sont employés dans les éruptions sèches, les démangeaisons, le prurigo, les anciennes maladies de peau imparfaitement guéries. Les engorgements indolents du ventre, le rhumatisme, la chlorose sont quelquefois traités par les mêmes baigns alcalins, à dose moins forte. Le sous-carbonate de soude et le sel de Vichy sont ordinairement