

hilés ; que les maladies infectieuses elles-mêmes disparaissent ; il est aussi certain que dans ce siècle, il y a une augmentation considérable des maladies de l'ordre des dégénérescences : les maladies organiques du poumon, du cœur, des reins, le cancer, le diabète, la phthisie font plus de ravages aujourd'hui qu'autrefois.

La neurasthénie, ce fléau de l'époque actuelle est venu s'ajouter à ces maladies et démontrer que le système nerveux pas plus que les autres organes ne peut résister à l'usure des tissus que cause le surmenage intellectuel et physique, la lutte de l'homme contre la machine, le *struggle for life* enfin, plus fort aujourd'hui que jamais.

La nature a ses lois que nul ne saurait enfreindre sans s'exposer à la débécance.

Aussi régulièrement que la nuit succède au jour, le repos doit succéder au travail. C'est à la violation de cette loi qu'est dû en partie la vieillesse prématurée de notre siècle.

Toute manifestation de la vie animale ou de relation entraîne une altération temporaire des fibres de l'organe en action, une désassimilation des tissus.

Si le travail est prolongé, si l'on n'accorde pas à l'organe le repos nécessaire, la disproportion entre la dépense et la réparation ne tarde pas à se manifester par la fatigue ; la lassitude survient qui témoigne de l'excès qui a été fait des forces et de l'influx nerveux ; l'effort que l'organe peut donner est diminué.

Si le travail persiste, si la fatigue se renouvelle quotidiennement, les émonctoires naturels : le poumon, le rein, la peau ne peuvent suffire à éliminer les produits de désassimilation que leur charrie le sang. Ces produits s'accumulent dans le torrent circulatoire et causent dans l'économie l'auto-intoxication dont la fièvre, l'amaigrissement, les pertes de force sont principaux symptômes.

Que de fois n'avons-nous pas constaté l'inflammation chronique des organes, surtout du rein, par suite de l'irritation continuelle qu'y causent ces matériaux de désassimilation.

Chose remarquable, le travail cérébral, que le peuple ne croit pas fatiguant, cause la désassimilation des tissus encore plus que le travail physique.

La durée du travail doit être proportionné à la fatigue qu'il entraîne.