

La nuit, il changera de chambre, mais couchera la fenêtre à demi ouverte, sauf par les temps de pluie ou de neige ; du feu sera entretenu dans cette chambre en hiver.

20. S'il peut sortir, il passera toute sa journée dehors, dans un jardin, de 10 heures du matin à 6 heures du soir environ abrité du vent sous une petite tente ou, comme le conseille Daremberg, dans une guérite de bains de mer, dont il tourne le dos contre le vent. Le malade passera sa journée au repos, le corps bien enveloppé, et s'abstiendra de marche et d'exercice prolongé ; il parlera peu et ne lira guère.

La marche ne sera permise qu'aux convalescents, ou mieux encore qu'aux malades qui sont guéris de toute poussée aiguë ou subaiguë.

La nuit, le malade couchera la fenêtre à demi ouverte.

Le traitement à l'air libre a l'avantage de faire disparaître rapidement la fièvre des malades et de diminuer beaucoup les sueurs nocturnes.

Sanitoria.—On en a créé beaucoup, en Allemagne et en Suisse ; en France, il en existe un au Cunigou dans les Pyrénées ; les malades y trouvent le traitement à l'air libre avec tous les soins qu'il comporte. On ne saurait être mieux traité que dans des établissements de ce genre. (1)

Hygiène de la peau.—Elle sera l'objet de beaucoup de soins. Chez les malades qui ont de la fièvre et des sueurs profuses, je recommande des frictions alcoolisées et chez ceux qui sont guéris, des lotions à l'eau froide chaque matin, comme tonique du système nerveux. Ces derniers prendront assez souvent des bains salés tièdes, de courte durée, suivis d'une friction.

Hygiène alimentaire.—Un phtisique qui mange bien a toutes les chances du monde de guérir ; celui dont les voies digestives fonctionnent mal s'affaiblit, et sa maladie progresse rapidement ; un bon estomac est la sauvegarde de ces malades, aussi faut-il le ménager avec soin tout en le faisant fonctionner beaucoup.

Le phtisique doit manger beaucoup. "Ce serait une erreur de croire que la nourriture qui convient à l'appétit moyen d'un homme bien portant suffit pour traiter un tuberculeux. Ce qu'il lui faut, ce n'est pas seulement l'alimentation qui entretient, c'est la "suralimentation" qui modifie ; c'est, si l'on peut ainsi dire, l'alimentation à dose thérapeutique." (Debove).

Pour arriver à ce résultat, on fera appel à la raison du malade pour le forcer à vaincre la répugnance pour les aliments, et on lui permettra de varier son alimentation le plus possible. Il faut surtout qu'il mange souvent et des matières très nourrissantes. En dehors des trois repas, qui seront copieux et composés au gré du malade, il fera des goûters vers 10 heures du matin et vers 4 heures du soir, et dans leurs intervalles, il boira de temps en temps du lait ou du bouillon. Il fera largement usage

---

(1) NOTE DE LA REDACTION.—Nous regrettons qu'au Canada l'on n'ait pas encore de Sanitoria. Espérons que notre confrère qui s'occupe activement d'établir un Sanitoria réussira et aura l'appui de tous les médecins de la province, pour faire réussir cette entreprise indispensable.