

ter du bain tempéré (de 24 à 30° centigrades) qui produit sur la peau l'impression d'une chaleur douce et agréable qui se propage aux organes intérieurs. Sous son influence, il s'opère une sorte de détente générale accompagnée d'un sentiment de bien-être et de calme.

L'eau est à peu près 700 fois plus dense que l'air, et comme la conductibilité pour le calorique est en raison directe de la densité, on comprend pourquoi l'eau nous paraît toujours ou plus froide ou plus chaude que l'air. Dans le même temps le contact d'un plus grand nombre de molécules rend plus prompt et plus intense l'addition ou la déperdition du calorique. D'ailleurs l'impression produite par un bain froid, frais ou même tempéré varie selon l'âge, l'état de santé, la constitution et surtout l'habitude des sujets. Ici la sensation individuelle remplace le thermomètre ; c'est elle, c'est-à-dire le moi impressionné dans la peau réagissant par les centres nerveux, qui prononce sur l'effet thermique du bain, et le reconnaît frais, froid, tempéré, chaud, suivant la manière dont il s'y trouve affecté.

Ainsi le Dr Nacquart, familiarisé avec les bains froids, éprouvait des spasmes et une vive anxiété dans une eau à 27° Réaumur. Le professeur Rostan parle d'une vieille femme qui n'avait jamais pu prendre de bains de sa vie ; sa répugnance était telle qu'elle étouffait, suffocait, perdait connaissance aussitôt qu'elle se plongeait dans l'eau. Il en est d'autres, au contraire, qui se plongent sans inconvénient dans l'eau d'une rivière ou dans la mer à l'époque la plus rigoureuse de la saison. Rostan raconte, à ce propos, une assez curieuse 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 nourrissaient aucun poisson. L'anglais en manifeste sa surprise aux bons pères qui lui répondent qu'aucun poisson ne pourrait vivre dans une eau si froide. Notre insulaire se dépouille 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."

L'anémie très prononcée, les affections du cœur, du poumon et