

tanément en état d'asthénie nerveuse du fait de la fatigue antérieure et de l'effort digestif ;

30. L'état général et digestif du sujet considéré. Les hypersthéniques en état de demi-inanition, les hyposthénisés, les amaigris, les anémiques, les cachectiques, bref tous ceux chez lesquels l'asthénie est dominante, sont plus particulièrement sujets à cet état.

Il conviendra dans tous ces cas de régler avec soin le volume des repas et leur moment, de traiter l'état général, de relever la tension nerveuse et d'autoriser, voire de conseiller une sieste courte, d'une demi-heure au maximum, le plus souvent très favorable. Au surplus en ces cas le patient sera le meilleur juge : si le sommeil est léger, tranquille, court, si le patient en sort dispos, la tête libre, c'est qu'en effet le sommeil a correspondu à une période de repos salutaire pendant laquelle le travail digestif s'est accompli avec toute sa force, — c'est le cas des intellectuels qui se sont livrés toute la matinée à un travail continu et absorbant ; si, au contraire, le sommeil est pesant, traversé de cauchemars, si le patient en sort engourdi, mal à l'aise, la bouche pâteuse ou sèche, la tête lourde, c'est que l'alimentation a été ou trop lourde ou trop copieuse.

Il y aura lieu de combattre le sommeil chez les cardiaques, les séreux, les apoplectiques, les obèses chez lesquels au contraire le repos avant le repas sera des plus recommandables.

L'explication de ces phénomènes est probablement assez simple. Pendant la digestion le sang se porte en abondance vers l'estomac et le tube digestif : il en résulte une anémie momentanée relative des autres organes, dont l'action est plus sensible sur le système nerveux, sur le cerveau en particulier ; il s'y joint très probablement des phénomènes réflexes vaso-constricteurs à point de départ stomacal, d'où sensation de fatigue, d'asthénie, de somnolence. D'une façon générale tout exercice qui tendra à congestionner un autre organe, diminuera l'afflux sanguin stomacal et pourra rendre la digestion plus lente et plus difficile.

S'il s'agit d'un organisme neuf, hypersthénique comme chez l'enfant ou d'un organisme adulte, tout à fait normal ou pléthorique, l'afflux stomacal sanguin sera toujours suffisant, l'exercice sera inoffensif, voire salutaire ; s'il s'agit au contraire d'un organisme fatigué, hyposthénique, anémique, l'afflux sanguin ne peut suffire à la fois à deux travaux, il faut choisir l'un ou l'autre : repos général et travail digestif, travail général et repos digestif. Le bon sens suffisait à prévoir cette formule. Quelques faits cliniques mettent hors de doute ce balancement circulatoire quel qu'en soit le mécanisme intime.

Nous en citerons un particulièrement caractéristique : un de nos malades, officier de cavalerie, dyspeptique, hypersthénique avec hématuries, avait de façon constante après l'ingestion de lait un refroidissement manifeste des extrémités ; un jour après le repas il eut une aphasie motrice, articulaire et graphique qui dura cinq à six heures, et cessa au moment où apparemment la digestion se termina.

ALFRED MARTINET.