

rition de cette réaction est d'une grand importance, si on veut juger des effets du bain, car les modifications dans la circulation périphérique s'accompagnent toujours de modifications dans la circulation centrale. Par suite de l'antagonisme mécanique et nerveux, qui existe entre les vaisseaux périphériques et les vaisseaux centraux, la dilatation des premiers entraîne le rétrécissement des autres. Ce rétrécissement des vaisseaux centraux s'accompagne d'une augmentation de la pression sanguine, ce qui améliore le régime circulatoire de la peau, et active la circulation dans les organes internes, et par suite leur fonction.

L'apparition de la réaction dans le bain froid indique au malade qu'il doit sortir de l'eau, sinon il risque de graves inconvénients. Si, par malheur, il s'y attardait à ce moment, l'excitation intense du froid produirait une paralysie des nerfs vasculaires et une diminution du tonus de la paroi des vaisseaux. Par suite, le sang s'accumulerait à la périphérie, y stagnerait, et cette hyperémie, en quelque sorte passive, se traduirait par une teinte bleuâtre des téguments et des lèvres. De cet état résulterait une anémie des organes internes, et par suite un ralentissement dans leur fonction, d'où la possibilité de phénomènes pathologiques, tels que l'albuminurie, et peut-être les maladies à *frigore*. Mais en premier lieu, c'est l'action du cœur qui s'affaiblirait, ce qui se traduirait objectivement par un pouls dépressible, et subjectivement par une sensation de froid, du tremblement, de la fatigue, de la céphalée, des vertiges. Chez des individus faibles, on pourrait même observer du collapsus.

Après avoir étudié le bain d'eau froide, voyons quelles sont les conditions du bain d'air. Si, dans le bain d'eau, l'excitation est toujours le résultat d'une action thermique, combinée, à une action mécanique, puisque dans aucun procédé hydrothérapique s'a-

dressant à toute la surface du corps il n'est possible de les séparer ; dans le bain d'air, par contre, on peut n'utiliser que l'excitation thermique ; en choisissant, par exemple, une atmosphère où ne souffle aucun vent, où aucune molécule d'air en mouvement ne viendra actionner la peau. Par suite de cette sélection, on obtiendra donc par l'air une excitation beaucoup plus douce.

En outre, si nous continuons cette étude comparative, nous verrons aussi que l'eau permet de supporter une température beaucoup plus élevée que l'air. Une température que nous jugeons tiède en plein air, par exemple, nous paraîtra froide dans le bain, car dans ce dernier, le refroidissement du corps est plus grand que dans l'air.

D'après les recherches de Landois, il nous semble que :

*L'air à 18° C. est tempéré. L'eau à 18° C. est froide.*

*L'air à 25° C. est chaud. L'eau de 18° à 29° est fraîche.*

*L'air à 28° C. est chaud. L'eau de 29° à 35° est tempérée.*

*L'eau à 37° C. 5 et au dessus est chaude.*

Ainsi donc, pour une même température, l'excitation obtenue sera la même par l'eau et par l'air, mais avec une moindre déperdition de chaleur dans ce dernier cas. Ce qui permettra dans la cure d'air de prolonger cette excitation thermique, chose qui serait impossible dans le bain d'eau froide.

Considérons, en effet, les phénomènes physiologiques, qui vont se passer dans notre corps pour un bain d'air à 12° C. La première impression du froid amènera une contraction des vaisseaux de la peau, qui sera bientôt remplacée par une vasodilatation, d'où l'hyperémie de la couche dermique. Cette hyperémie active apparaîtra avec beaucoup plus de facilité et d'intensité, si le patient effectue des mouvements modérés ; elle se traduira par une sensation de chaleur agréable. Ce sera la réaction. Tout se passera