

Ce régime n'a pas été difficile à suivre. Le malade déclare même qu'il l'a suivi *avec plaisir*; l'amélioration notable constatée au bout d'une dizaine de jours l'a vivement encouragé, et il affirme qu'à aucun moment il n'a ressenti ni dégoût ni lassitude.

La plupart des sujets ne sont pas aussi faciles à traiter et on n'obtient des résultats satisfaisants qu'à certaines conditions. Une des premières est d'obliger le malade à manger seul; car il est cruel de se priver lorsqu'on est au milieu de gens qui mangent à leur appétit des mets paraissant d'autant plus succulents qu'ils ont l'attrait du fruit défendu; c'est le supplice de Tantale. Aussi est-il préférable, chaque fois qu'on le peut, de placer le patient dans une maison de santé; il ne sera pas exposé à la tentation de plats qu'on passe devant son nez, aux quolibets des autres convives, à entendre des objections de ce genre: "Vous allez vous ruiner la santé... A votre place j'enverrais promener mon médecin...", et autres paroles plus désobligeantes encore pour nous. Dans une maison de santé, le malade nous obéit mieux, et ce système a de grands avantages ici comme partout où il faut l'obéissance du patient.

Maintenant, les résultats de la cure se maintiendront-ils? Je vous répondrai que cela dépend du sujet.

J'ai dit, en effet, que le traitement devait se diviser en deux périodes: période d'alimentation insuffisante et période de régulation volontaire.

Une fois l'amaigrissement obtenu, le malade devra suivre un régime atténué et se peser fréquemment, de façon à restreindre son alimentation ou à la faire plus abondante, suivant le résultat des pesées. Son appareil nerveux de régulation ne fonctionnant plus normalement, il substituera ainsi à la régulation automatique une régulation volontaire.

Mais le régime que je préconise n'a-t-il pas des inconvénients?—Je n'en ai vu aucun. Certains sujets parlent bien de sensations désagréables, se plaignent d'autant plus qu'ils sont plus nerveux et plus incapables d'un effort de volonté. Cette volonté qui leur échappe, tâchez de l'avoir pour eux.

Je crois pouvoir passer sous silence les divers régimes que les médecins préconisent pour faire maigrir. On peut multiplier ces régimes à l'infini, mais ils ont tous pour base le principe de l'alimentation insuffisante qu'on réalise de différentes manières;