

PRINCIPES GÉNÉRAUX DE LA THALASSOTHÉRAPIE.

Par le Dr. J. VAN BREEMEN, Amsterdam.

Médicalement et scientifiquement, le traitement des facteurs, qui jouent un rôle chez l'homme sain et chez l'homme malade sous l'influence du climat marin, est un des plus compliqués qui existent. Du reste, jusqu'ici, la science médicale ne s'est malheureusement que très peu souciée de l'analyse de ce problème. Tandis qu'au cours des dernières années l'influence du climat d'altitude, des sources thermales de différente nature a pris un grand essor, il n'est que très peu d'occasions où l'on puisse faire un examen scientifique du climat marin.

Ce qu'il est possible en général d'atteindre à l'aide de la Thalassothérapie peut se concevoir ainsi : augmentation et élévation de la force de réaction du malade. Comme dans la thérapeutique d'altitude on compte sur l'influence sur l'état général, on attend en premier lieu que cette amélioration de l'état général aura des effets salutaires sur les processus pathologiques locaux.

Quels sont les facteurs de la Thalassothérapie ? Ce sont : **la lumière, l'air et l'eau.**

Assurément l'influence de la **lumière** très intense avec sa forte quantité ultraviolet de longueur d'ondes courtes est de grande portée dans de nombreux états pathologiques.

Cette influence est même si grande que dans divers cas de maladies, se produisent des réactions indésirables.

Air. Au bord de la mer, l'air donne physiologiquement un accroissement de déperdition de calorique qui peut être de grande importance, et, même avec des vêtements, s'assimile à l'action du bain d'air, quand il fait un fort vent marin. La préférence sera moins marquée pour les stations balnéaires qui ont beaucoup de vent terrestre.

Eau. Quand un bain de mer peut être appliqué, celui-ci agit à un haut degré comme tonique si la réaction exacte peut être obtenue. Là entrent en jeu simultanément trois sortes d'exci-

tants : l'excitant thermique (le froid de l'eau), mécanique (le choc de la vague) et chimique (l'irritation saline).

En général, on peut dire, comme pour la cure d'altitude, qu'on peut atteindre par la Thalassothérapie une augmentation de toutes les fonctions organiques, si toutefois l'organisme du malade est capable de réagir aux excitants du séjour à la mer. L'expérience nous apprend que surtout avec la Thalassothérapie se manifeste l'**hyperréaction**, qui souvent est malaisée à reconnaître et peut conduire à de fâcheuses complications. Il n'est pas rare de voir qu'un malade supporte **apparemment** très bien une cure marine, mais que rentré chez lui, il éprouve une forte fatigue, de sorte que, par suite de sérieux troubles nerveux, quelques semaines de repos au lit lui sont même nécessaires.

Aussi, dans une cure à la mer, il existe, de même que pour le traitement d'altitude, des phénomènes d'acclimatement. Le « malaise marin » bien connu en est une manifestation. Pour les malades ou pour les gens normaux qui accusent nettement ce phénomène de « malaise marin », il est indiqué de séjourner d'abord dans la « zone maritime » avant de se trouver dans la « zone marine ».

En ce qui concerne le climat de la mer, un point qui a son importance, c'est l'observation que de nombreuses plages sont **en été** beaucoup plus fraîches que les stations climatiques de la bruyère et des bois d'une même latitude, mais **en hiver** le climat y est beaucoup plus doux que dans les dites stations. Suivant la région, cela varie considérablement. Cette observation prend surtout de l'importance pour les colonies de vacances des enfants.

D'une portée non moindre que l'influence physique est souvent chez nombre de gens l'influence psychique. Dans les cures marines, il convient de considérer que le climat de la mer n'est presque jamais un climat indifférent; la plupart des gens, comme pour le climat d'altitude, ont une prédilection ou bien une aversion marquée pour la mer. C'est ce qui se manifeste intensivement chez ceux qui ont un système nerveux autonome impressionnable. En règle générale, la cure balnéaire ne doit pas être continuée si le psychisme du malade ne réagit pas dans un sens favorable. Ici l'influence sur l'état physique est trop importante pour n'en pas tenir pleinement compte.

Le bruit de la mer avec son éternel et monotone murmure,

si brillamment rendu par Debussy, dans sa composition musicale, peut chez certains qui y sont très sensibles procurer un sentiment de profond repos, lequel est même susceptible, comme disent les Allemands, de conduire, à l'encontre du « malaise marin », à ce qu'ils nomment « la raideur marine ».

Maintenant qu'à Ostende a été créé un atelier médical si prestigieux, ce serait sans nul doute un mérite durable pour les autorités de Belgique, si occasion était fournie d'étudier de plus près médicalement et biologiquement les facteurs qui caractérisent l'influence de la mer. Cela servirait le pays et aussi la science internationale. C'est dans l'espoir que bientôt ce vœu sera réalisé que je termine ma causerie.
