

LA PRATIQUE DE L'HÉLIOTHÉRAPIE

L'érythème est la réaction particulière de l'enveloppement cutané exposé dans des conditions spéciales aux radiations lumineuses (aux U.V. variant entre 3.130 Å et 1.500 Å), un effort des cellules pour assimiler l'énergie actinique. Cette inté-

par le D^r HERSCOVICI

riorisation de l'énergie cosmique est précisément la source de l'activité des échanges respiratoires, des phénomènes de nutrition et désassimilation.

La cure soiaire, il va sans dire, est liée à la cure de l'air. Six heures après la première séance d'irradiation artificielle, apparaît un érythème peu prononcé, au troisième jour il augmente en intensité, le dixième ou onzième jour, l'épiderme est le siège d'une desquamation légère. Si l'on utilise de fortes doses, l'érythème est très intense, ensuite la desquamation très étendue, parfois compliquée d'œdème, dermatite ou d'urticaire, d'éphélides ou xéroderma-pigmentosum.

Les réactions varient avec la sensibilité et le système vago-sympathique des sujets, l'action locale se caractérisant par la pigmentation et l'épaississement de la peau.

La lampe à vapeur de mercure donne une pigmentation d'un gris terne, l'héliothérapie naturelle une pigmentation de couleur cuivrée. L'érythème solaire est habituellement bénin et disparaît rapidement. Mais F. de Courmelle a pu observer le phénomène de radioanaphylaxie chez des sujets qui ayant réagi normalement après la première séance, ont présenté un érythème fort intense, malgré l'utilisation de la même dose.

Il existerait, suivant Woringier, deux sortes de maladies qui ne supportent pas d'irradiation, les maladies héliophobes et celles qui naissent sous l'action de la chaleur du soleil ou maladies héliophiles.

L'unité S mesure en ergs l'énergie d'un faisceau de radiation ultra-violette suffisante à effectuer une inflammation légère de l'épiderme. La lumière solaire fournit une grande quantité de radiations calorifiques, d'où les effets différents de l'actino-thérapie artificielle.

Le sujet ne doit jamais être exposé à l'insolation sans un entraînement préalable et sans accoutumance progressive (qu'on obtient en 10-14 séances). Au début, le sujet peut présenter quelques malaises, une accélération du pouls, une courbe thermique oscillante et une légère fatigue générale (troubles que nous avons rencontrés d'une façon extrêmement rare).

L'insolation doit être progressive, directe et totale. Les séances seront, au début, courtes, puis augmentées progressivement.

Le sujet sera exposé en position couchée sans interception d'aucun vêtement,



Photo Marcel A. Matthey.

Une gracieuse sportive du camp suisse de Neuchâtel.

selon des règles précises. L'action des rayons solaires étant d'autant plus active que la surface cutanée exposée est plus étendue.

L'héliothérapie selon Rollier, à Ley-sin, doit être générale, directe, dérivative, strictement dosée et individualisée. Brody a institué un mode de traitement très judicieux et qui fournit de brillants résultats, en appliquant la cure solaire discontinue et intermittente en associant l'actinothérapie de plusieurs sources, de diverses longueurs d'onde à la cure du soleil et l'héliothérapie perpendiculaire.

Pathault soutient que, seule l'initiation totale du premier jour présente de l'intérêt. La séance est courte et surveillée. La préparation à l'insolation se fait par l'aération et l'action de la lumière diffuse. Lorsque le sujet est entraîné, on commence l'insolation. La surface est exposée dans une direction perpendiculaire à l'arrivée des radiations. La durée de la séance peut être d'une demi-heure.

Les heures les plus favorables varient entre 10 et 12 heures, 14 et 18 heures.

Le rôle de l'air et de la lumière dans la vie de l'enfant ne fait plus de doute, la pudibonderie ne doit servir de prétexte pour entraver le développement normal de l'enfant, le traitement et la guérison des tares et des déficiences organiques.

Les enfants qui vivent à l'air et à la lumière présentent une croissance plus facile et plus équilibrée que ceux traînant l'existence dans les appartements, taudis sans air et sans soleil. Même les plantes qui vivent à l'ombre se développent mal et transmettent leurs déficiences à plusieurs générations, car le soleil enrichit et stimule la vitalité.

La création de colonies scolaires de travail, des écoles en plein air où les bains atmosphériques devraient être obligatoires, s'impose comme un devoir indispensable.

(à suivre)