



LA MÉDECINE NATURISTE selon HIPPOCRATE⁽¹⁾

par le Dr H. HERSCOVICI
Membre de la Commission d'Hygiène
du Département de la Seine

La résistance des individus aux maladies diffère selon leur hérédité et selon l'action de leur milieu. Une déficience héréditaire d'un organe transmet une moindre résistance de cet organe pour certaines maladies. Le surmenage, l'insuffisance des conditions d'hygiène, le manque de soleil, d'air, les régimes trop riches ou trop pauvres, les phases de transformation et d'affaiblissement contribuent à créer des points de moindre résistance. On sait combien chez le peuple juif, par suite de pogroms, de tortures morales et physiques, le tempérament prédispose aux maladies nerveuses. Car l'hérédité intervient activement dans la constitution de l'individu et son trait fondamental c'est d'être conservatrice. On sait que l'hérédité du diabète a été admise dans un quart des cas par la plupart des auteurs. Or, le diabète rentre dans un système héréditaire fonctionnant depuis longtemps selon les lois de Mendel. De plus, l'hérédité paternelle est plus grande que celle de l'hérédité maternelle, étant donné que la gestation réussit rarement chez la femme diabétique. L'hérédité est loin d'être fatale. **On sait que les radiations X, les substances radioactives utilisées à des fins médicales ou autres peuvent provoquer des mutations chez les êtres vivants. Le danger pour l'hérédité humaine est d'autant plus accru que les mesures de protection sont insuffisantes.**

Les diathèses sont d'ailleurs sorties fort démantelées des coups que la bactériologie et la chimie physique ont portés dans leur édifice. La diathèse n'est plus le tempérament ni un phénomène dynamique, comme l'avaient envisagé d'abord Aristote, ensuite Brown et Cullien. Les infections lui échappent, elle ne désigne même plus le lymphatisme et la scrofule; on la tolère à peine pour d'autres maladies de la nutrition et particulièrement pour l'arthritisme. Bref, la diathèse ne serait réalisée que lorsque plusieurs organes sont atteints simultanément de maladies semblables ou doués de dispositions pour les mêmes affections.

Le tempérament endocrinien, les prédispositions allergiques, le terrain neurovégétatif et psychique, les états de surmenage, de convalescence, de dépres-

sion, de neurasthénie, de sensibilisation spéciale à la douleur et l'éducation de la sensibilité psychique, augmenteront la capacité individuelle de perception des incitations sensibles reçues au niveau des viscères splanchniques. Les inflammations, les déséquilibres momentanés ioniques, acido-basiques, endocriniens, la circulation dans les humeurs des toxiques et des toxines, jouent un grand rôle dans l'augmentation ou la diminution de la réception, de la conduction et de la perception des incitations. Les métabolismes cellulaires influenceront la transformation de l'incitation en influx électrique et présideront également à la tonalité, à la rapidité et à l'intensité des réactions. Car, ainsi que l'a constaté Leriche, le psychisme augmente ou diminue la netteté des perceptions.

Il ressort de tout cela que l'étude des périodes précliniques restée dans le domaine de la spéculation et l'étude du tempérament sont importantes pour préciser et déterminer cette phase initiale des maladies où les signes cliniques sont à peine appréciables. Or, le Dr Delore remarque que cette période préclinique n'est caractérisée que dans un ordre restreint de maladies. Elle échappe au sujet et à l'examen direct. Elle se dissimule sous l'apparence de la santé. Il faut la rechercher et déceler

par des techniques souvent compliquées, de nature très diverses, et le Dr Delore souligne que la période préclinique ne doit pas être confondue avec la phase de prédisposition ni avec l'invasion, pas plus qu'avec les formes latentes ou inapparentes de la maladie. La santé et l'état morbide ont leurs lois qui permettent leur différenciation et leur définition. Ces lois font reconnaître l'évolution et le traitement des maladies.

La constitution de l'individu est conditionnée par l'hérédité, le milieu, le climat, le genre de vie. Pittaro ajoute l'influence du régime économique et social, et Denicker constate que le genre de vie influe sur la taille de l'individu. Mais la vie aisée, surtout, agit sur l'accroissement de la stature. **A toutes les influences du milieu cosmique, chaque organisme réagit d'une façon particulière qui lui permet de parfaire sa propre individualité.**

Les climats froids et chauds procurent les caractères particuliers de rusticité ou d'affinement de la peau. **Le manque d'exercice et la suralimentation provoquent la croissance rapide de l'affiné, et ses fonctions génitales sont exaltées mais évoluent plus rapidement vers le déclin. Le suraffinement, résultat de la civilisation, est un danger contre lequel il faut lutter au moyen d'une alimentation naturelle, exercices physiques, la vie en plein air, bains froids, douches et rééducation du système vaso-moteur.**

Il est sûr et certain que la médecine est la science des rapports du corps humain avec les objets ambiants. Le



(1) Voir « La Vie au Soleil » n° 63.

corps n'étant pas un objet isolé, mais un centre, un aboutissement et un point de départ. Les ouvrages d'Hippocrate, « Des Crises et des Jours critiques », préludent à l'exposé de sa théorie des humeurs. L'influence de Pythagore est incontestable. La médecine primitive se présente sous trois aspects : empirique, magique et religieux, les doctrines médicales étant empruntées à la philosophie.

Hippocrate admettait donc, dans le corps humain, un équilibre préétabli et définissait le tempérament comme l'expression de la réaction entre cet organisme et le milieu extérieur. La constitution variant selon quatre types constants en étroite relation avec les quatre humeurs cardinales. Les découvertes de Widal sur l'anaphylaxie, la colloïdoclasie, ne firent que traduire en somme la rupture d'équilibre humoral d'Hippocrate. L'équilibre des humeurs constitue la crase, sa rupture ou son déséquilibre la maladie.

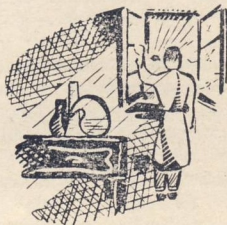
Sydenham, dont les idées ont eu une grande répercussion sur la marche de la médecine, soutient que l'état morbide est la lutte du physis ou de la nature de l'individu contre une lésion et que, **le rôle du médecin n'est utile que pour soutenir la nature dans ce combat.** Parmi les facteurs de variation de l'équilibre fonctionnel de l'organisme humain, vis-à-vis desquels cet organisme est armé pour réagir, on trouve les facteurs alimentaires. Les mêmes régimes ne conviennent pas à tous les tempéraments. La modération et le choix raisonnable des catégories alimentaires s'impose pour chacun des tempéraments, ce qui est la seule façon d'obtenir l'harmonie fonctionnelle.

Ce ne sont pas — il faut encore souligner la complexité du domaine de la sensibilité — les réflexes de défense, de la conscience et de la subconscience qui forment la personnalité, les réflexes conditionnés, les tendances et la mémoire locale et générale, les états émotionnels, les refoulements (qui contribuent à la manière de sentir, de réagir aux sautes d'humeur et à l'imagination). On sait que le nerf vague freine le rythme du cœur, stimule la sécrétion salivaire ; c'est le nerf de l'épargne. Par contre, le sympathique accélère le rythme du cœur et freine l'acte de la digestion, dépensant les réserves de graisses et sucre.

Pende divise les individus en quatre biotypes principaux qui peuvent comporter naturellement des types intermé-

diaires ou mixtes. L'anabolique est un bréviligne, hyperthénique et plutôt hypothyroïdien. Le catabolique est longiligne, asthénique et souvent hyperthyroïdien ou hyperthyroïdo-hyperpituitaire. Le premier est d'humeur euphorique, le catabolique est inquiet, et le troisième type est eurythmique.

Mac Auliffe et Theoris divisent les types en « plats » et « ronds » avec leurs variations. Les fonctions essentielles de la vie conditionnent les caractères. Les individus se distinguent par leur morphologie et leur physico-chimie et les autres par leur cénesthésie. Pour Kretschmer, l'énorme masse d'individus comporte deux catégories : les schizotypés et les cyclothymes, il considère les aliénés comme des réalisations caricaturales des tendances mentales qui préoccupent la vie psychique des êtres normaux. Bien qu'on puisse classer en catégories distinctes les tempéraments, il existerait dans chaque cas des nuances si particulières que chaque personnalité reste individuelle, comme aussi chaque visage, chaque état humoral, chaque psychisme et chaque écriture.



Il n'échappe plus à personne, d'autre part, le rôle important des recherches modernes qui ont mis en relief l'intime relation entre les glandes internes et les centres nerveux ; le terme neurocrinie est né de la corrélation hypophysotubérienne, mais cette corrélation est aussi intime avec les autres glandes.

Avec l'étude du terrain constitutionnel, des tendances primitives, s'ouvre un horizon des plus larges pour la nouvelle médecine, son domaine touchant ainsi aux sources de la biologie, de la cosmobiologie, de la physique cellulaire, à la connaissance des rythmes et des oscillations des électrons de la cellule ; c'est dans ce sens que ses recherches tendent à réaliser et ériger une conception physique et dynamique non seulement de l'état morbide, mais de l'homme non

détaché de son milieu cosmique, de l'homme dans son unité psycho-physique.

Ainsi, nous pouvons conclure, **que la véritable médecine humaine devra se fonder sur la conciliation de l'esprit de synthèse, et de l'esprit d'analyse, sur la conception dynamique individuelle de la maladie, c'est-à-dire sur la synthèse du corps et de l'esprit.**

SERVICE DE LA DIFFUSION

LA CAMPAGNE D'ABONNEMENT

Période du 12 nov. 1958 au 10 janv. 1959

Classement

1. Hélioc-Club de France : 336 nouveaux abonnements.
2. Club du Soleil, section de Paris : 292.
3. Union touristique des Amis de Montalivet : 239.
4. Fédération Française de Naturisme : 38.
5. Association des Amis de l'Île du Levant, Union des Campeurs Naturistes, chacun : 20 nouveaux abonnements.
6. C.S. Grenoble, C.S. Verviers (Belgique), chacun : 17.
7. C.S. Toulouse : 15.
8. Camping-Club de France : 13.
9. C.S. Carcassonne : 12.
10. C.S. Lyon : 11.
11. Camping-Club International de France : 10.
12. Naturistes d'Anjou, C.S. Toulon, chacun : 9.
13. C.S. Chartres, E. Chiesa (Italie), C.S. Limoges, chacun : 8.
14. Club Gymnique Algérien, C.S. Blois, C. S. Corbeil, chacun : 7.
15. C.S. Le Havre, Paris-Est, chacun : 6.
16. Groupement Gymnosopique Nature : 5.
17. Blanchard (Saint-Etienne), C.S. Dijon, C. S. Mantes, chacun : 4.
18. C.S. Brest, Club Gymnique de Casablanca : 3.
19. Club « Lumière » (Suisse), C.S. Combaud : 2.
20. Centre gymnique du Nord, C.S. Avignon, Berval, Boulogne - sur - Mer, Cannes, Evreux, Poitiers, C. (Strasbourg), Le Pentacle, J. Palle, chacun : 1.

Total : 1 152 nouveaux abonnements souscrits en deux mois, grâce à 41 participants que nous tenons à remercier particulièrement. Le record est battu de loin.

L'H.C.F. a repris la première place, suivi de près par le C.S. Paris, lequel distance nettement l'U.T.A.M.

A signaler la rentrée en lice de l'A.D. I.L. qui se classe déjà cinquième ex-aequo avec l'U.C.N. Apparition également du nouveau groupement C.S. Verviers, qui nous amène 17 nouveaux abonnés en Belgique. Quelques nouveaux recruteurs parmi les particuliers ; mais ce sont les clubs qui accomplissent le plus gros effort. Amis lecteurs, en mars et avril, ferez-vous un nouveau abonné ?

Aux membres de la FEDERATION FRANÇAISE DE NATURISME

PIERRE VALERE

CHAPELIER
CHEMISIER

39, Avenue des Ternes - Paris

CHEMISES - CRAVATES - PULL - SOUS-VETEMENTS - PANTALONS
SHORTS - ROBES de CHAMBRE - ARTICLES DE PLEIN AIR, etc.

10%

DE VRAIE REMISE

l'Assurance d'un article
de goût et de qualité