Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 40 (1932)

Heft: 10

Artikel: Convalescence

Autor: Bouquet, Henri

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-973834

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

für Abkühlung des Körpers mit kalten Uebergiessungen und Einwicklungen.

Der *Hitzschlag* entsteht weniger durch die Wärmezufuhr von aussen als durch erhöhte Wärmeerzeugung im Körper bei erschwerter Wärmeabgabe. Man sieht den Hitzschlag in den Tropen und in unserem Klima bei anhaltender Muskeltätigkeit. Heisses Wetter, ungünstige Kleidung, körperliche Anstrengungen, z. B. bei Soldaten, bewirken Hitzschlag. Reichlicher Schweissausbruch, Mattigkeit, Uebelkeit, starker Durst sind die ersten Vorboten. Hierauf treten Kopfschmerz, Schwindel, Angstgefühl und Erbrechen ein; schliesslich brechen die Patienten bewusstlos und bewegungslos zusammen. Das Gesicht ist gedunsen, der Puls rasch und fadenförmig, die Atmung oberflächlich und beschleunigt, die Haut trocken. Die Bekleidung wird triefend nass. Die Temperatur kann sich bis 41 ° steigern. Es kann Genesung oder der Tod eintreten. Die Behandlung besteht wie beim Sonnenstich in sofortiger energischer Abkühlung des Körpers und Anregung der Herztätigkeit, künstlicher Atmung, Herzmassage, Kampherinjektion, Frottierung der Haut, kalten Uebergiessungen, kalten Douchen, kalten Vollbädern und Zufuhr von Flüssigkeit. Die Vorboten des Sonnenstichs werden bekämpft durch Ruhe, an schattigem, kühlem Ort, Lüftung der Kleidung, reichliches Wassertrinken. Verhütet wird der Hitzschlag durch zweckmässige Kleidung, Trinkwasser, Uebung des Körpers und Vermeidung von alkoholischen Getränken.

Convalescence.

On a souvent comparé la maladie à un combat, du moins — et le cas est fréquent — lorsque l'infection est en jeu. Combat entre l'organisme et les ennemis à la vérité, minuscules, qui l'ont envahi, mais dont la multitude fait la force et conditionne la valeur. De ce combat la vie humaine est le prix. La victoire y prend le nom de guérison.

La victoire acquise, toutefois, l'ennemi détruit ou mis hors d'état de nuire, tout n'est pas fini. Il y a des pertes à combler, des ruines à relever. La santé ne sera définitivement assurée que lorsque tout cela sera mené à bien. La maladie proprement dite terminée, entre elle et l'état normal s'ouvre une période encore, un état mixte, comme disait Corvisart. Cette phase de reconstruction, c'est la convalescence.

Celle-ci, il faut bien se le persuader, n'est pas seulement l'époque si agréable à qui vient de souffrir, où il se sent peu à peu renaître, reprendre progressivement ses forces avec une discrète béatitude, où il goûte à nouveau le plaisir de vivre, envisage chaque jour un peu plus l'approche du moment où il sera redevenu pareil aux autres. Le mot de Montaigne est si vrai: «De combien la santé me semble plus belle après la maladie, si voisine et si contigue que je la puis recognoistre». Telle est bien l'impression de qui vient de courir le grand danger et qui se laisse bercer par la douce pensée du péril enfui. Pour le médecin, la convalescence est autre chose, c'est un stade infiniment délicat. On abandonnerait volontiers le patient à la nature, si l'on en croyait les apparences: les souffrances

sont passées, la température est de nouveau normale, l'appétit reparait, et avec lui, la confiance. Il n'y a plus, semble-t-il, qu'à laisser les forces revenir d'elles-mêmes. Certes, l'organisme se chargerait à lui seul de parachever le rétablissement. Encore faut-il qu'on veuille bien ne pas lui demander d'aller trop vite en besogne, qu'on se méfie d'une impatience à vrai dire fort légitime, que l'on consente à laisser les divers appareils recouvrer dans la calme leur intégrité. Nul ne vaut, pour guider cette reprise, le médecin qui a suivi les péripéties de la lutte, qui sait quels dégâts elle a déterminés et aussi les périls auxquels on peut se heurter. «C'est, a dit le professeur Roger, le moment où l'homme de l'art a besoin de tout son tact et de baucoup d'expérience.» L'examen de tout ce qui sépare encore le convalescent de l'état normal fera comprendre l'exactitude de cette façon de voir.

La réparation des appareils.

Tous les appareils, dans les grandes maladies, ont souffert et tous doivent être surveillés attentivement dans leur réparation. Au premier rang des plus atteints, il convient de mettre le système nerveux. Chargé de la haute direction de tous les actes vitaux, il a été, au cours de la lutte, le centre qui commandait la résistance. A cette tâche redoutable et continue, il s'est usé rapidement s'il s'est agi d'une attaque brusque et intense, plus lentement mais tout autant si le combat a été moins brutal, mais long. Il a néanmoins tenu bon jusqu'au bout, mais maintenant le voici qui avoue sa fatigue, qui hésite dans ses ordres, laisse voir son épuisement. Il lui faudra du temps pour retrouver cette belle sérénité qui faisait de lui l'arbitre de nos actes, les involontaires comme les autres, et le maître de nos réflexes.

Choisissons d'abord, pour faire toucher du doigt cette atteinte d'un appareil aussi important, l'exemple d'une maladie courte. Ce sera, si l'on y consent, la grippe, non la grippe compliquée que nous retrouverons plus loin, mais la grippe simple, cette flambée de deux ou trois jours qui vous jette au lit avec une température assez médiocre, se tenant aux environs de 38°, du mal de tête, un peu de courbature et quelques symptômes respiratoires. La crise passée, le patient s'est réveillé un beau matin fort dispos, sentant bien que la guérison est advenue. En conséquence, il veut se lever, mais à peine a-t-il posé le pied à terre que sa faiblesse lui apparaît. Veut-il pousser plus loin son effort, en apparence bien minime, il ne peut marcher, ses jambes flageolent, et tout ce qu'il peut faire, c'est de gagner, à si peu de distance de son lit, le fauteuil où il se laissera tomber, tout surpris de cette défaillance inattendue et qui peut durer des semaines avec une paresse intellectuelle qui lui fait parfois pendant. Cet épuisement, pour quelques jours de maladie, c'est même la signature de la grippe et qui permet de la distinguer des catarrhes communs ramenés par la mauvaise saison.

Parlerons-nous maintenant d'un autre genre d'infection, la fièvre typhoïde? Maladie longue, cette fois, pénible, à fièvre vive et continue. Evidemment ces conditions graves expliquent l'affaiblissement intense qui se dévoile le jour où tous les phénomènes morbides sont éteints, où tout semble rentré dans l'ordre. Cela légitime-t-il les vertiges au moindre mouvement, la quasi-paralysie des membres inférieurs, les accès fébriles qui surviennent au plus petit effort, serait-ce celui d'une tentative de toilette, la perte de la mémoire, si fréquente? Reconnaissons à ces signes combien le

système nerveux a été profondément touché et tout ce qu'il lui faut récupérer pour redevenir le guide sur lequel nous pourrons compter. Sachons que dans la convalescence des grandes infections, les troubles nerveux vont parfois jusqu'aux désordres de l'esprit, jusqu'à la débilité mentale et à la manie.

Passons au système circulatoire. Le cœur, en général, retrouve vite sa régularité, ce rythme sans défaillances qui règle si parfaitement le cours du sang dans tout l'organisme. Il n'est pas rare, par contre, qu'il ait laissé en route une partie de sa vigueur. Lui aussi a lutté avec énergie et sans trêve. Il a été forcé d'accélérer son allure pendant de longs jours et sa fatigue est grande. Il bat maintenant sans force, le pouls est mou, dépressible, la tension sanguine s'effondre au plus médiocre effort. On sent que le délicat mécanisme n'a tenu jusqu'à la fin que par une sorte de miracle. Il faut se garder d'éprouver de longtemps sa résistance, il faut l'aider à retrouver sa solidité de jadis.

Au reste, ce sang qu'il chasse avec régularité devant lui n'a pas été non plus épargné. Il a véhiculé sans arrêt et les poisons et les contre-poisons, et les médicaments toxiques bienfaisants. Croit-on qu'il sort de là indemne et tel qu'il était au premier jour? Que non pas! Ses globules rouges ont subi des pertes sensibles que les organes surmenés n'ont pu combler sur-le-champ. Aussi l'anémie est-elle de règle chez les convalescents, si l'alerte a eu quelque durée. Il n'est même pas exceptionnel qu'elle s'aggrave encore pendant quelques jours à ce moment même. Il y a parmi ces précieux globules, des éléments malades qui n'iront pas plus loin que la victoire. Ils succomberont alors qu'elle sera acquise. Cette anémie a sans doute sa part dans les vertiges et les syncopes qui ne sont pas rares à cette période. Combien de temps encore va-t-il falloir épargner la besogne à ce liquide essentiel, laisser se réparer les ruines de ces fabricants de globules qui sont chargés de combler les vides?

Voici maintenant l'appareil digestif. Sauf à la suite des maladies qui s'en prennent directement à lui, il n'est pas, en règle générale, très atteint. Cependant, au cours de la grande épreuve, il a perdu sa ponctuelle activité d'autrefois, l'appétit s'en est allé. Ce ne sont pas les bouillons, le lait, les tisanes qui l'auraient beaucoup excité. De sorte qu'à la guérison, il aura souvent quelque peine à retrouver son équilibre et ses naturels désirs. Cependant, on voit parfois tout le contraire de l'inertie. Il semble alors que cet appareil sente le besoin de réparation de l'organisme épuisé et se rende compte du grand rôle qui lui incombe dans la reconstruction de l'ensemble. Ceci est surtout vrai, en effet, dans les maladies longues où la diète devait être exigée. La faim, alors, tenaille le convalescent. Il lui semble qu'il mangerait indéfiniment tant de bonnes choses qui lui furent longtemps refusées, qu'il ne sera jamais rassasié. Attention, c'est le moment où, après certaines maladies, il faut savoir freiner. Il faut réhabituer lentement estomac et intestin au labeur régulier et en quelque sorte les rééduquer. Si l'on obtempère à leurs réclamations, on fait courir au malade le risque non seulement d'indigestion, mais de rechute. La fièvre typhoïde s'offre à nous comme un exemple typique de cette faim irrassasiable à laquelle on doit opposer une résistance souvent pénible. Il convient de ne pas céder aux objurgations, aux prières, aux larmes, aux injures même du convalescent et de déjouer les ruses par lesquelles il tente

de se procurer, malgré toute surveillance, la nourriture après laquelle il aspire. Sa vie est à ce prix.

Nous n'en finirions pas si nous voulions passer en revue tous les appareils. Ce seraient les muscles qui refusent parfois le service, brusquement, au typhique guéri depuis de longues semaines et qui s'est aventuré au dehors, estimant ses forces récupérées. Ce serait le rein dont le filtre, blessé lui aussi par l'infection, fonctionne mal et laisse passer l'albumine, ainsi que la scarlatine nous en fournit la preuve classique; ce seraient les articulations où apparaissent soudain des gonflements et des douleurs alors qu'on se croyait à l'abri d'une pareille épreuve et cela non seulement dans la rhumatisme articulaire, mais aussi dans la diphtérie. La liste serait longue des organes qui réclament une surveillance de tous les instants, qui exigent encore que le traitement continue alors que la maladie est, de toute évidence, terminée.

Gare aux complications!

Le grand danger ne réside cependant pas toujours dans cette difficulté que l'organisme éprouve à récupérer, après une aussi rude atteinte, son état antérieur. Il est dans les complications qui peuvent surgir et qui surgissent de préférence pendant cette période délicate qu'est la convalescence.

La raison principale est ici l'épuisement des défenses naturelles qui s'opposent chez chacun de nous à l'envahissement, perpétuellement menaçant, par les agents infectieux. Des ennemis qui jusque là se tenaient tranquilles, assurés qu'ils étaient d'être reçus de façon énergique par un corps bien portant, trouvent dans l'affaiblissement de celui-ci une occasion qu'ils sont trop portés à mettre à profit. Sans doute est-ce là une façon un peu «romancée» de comprendre la raison des complications dans les convalescences mal surveillées, mais le fait est qu'elles n'y sont pas rares. Revenons, pour le démontrer, à la grippe.

Maladie brutale, mais courte, avons-nous dit. Elle n'en est pas moins débilitante à tel point que la convalescence y est la période périlleuse. C'est après vingt-quatre ou quarante-huit heures de calme absolu, de température normale, que l'on voit soudain — et surtout à la suite d'imprudences — la fièvre se rallumer et apparaître ces complications pulmonaires, pneumonie, pleurésie purulente, qui ont fait, en 1918, des milliers de victimes. C'est pourquoi il faut, malgré leurs protestations, maintenir les grippés à la chambre alors qu'ils peuvent juger qu'ils sont parfaitement remis en état. Gare aux froids perfides, aux fatigues prématurées. Reposez-vous encore. Le temps que vous estimez perdu, les plaisirs dont on persiste à vous sevrer encore, tout cela compte-t-il devant le redoutable danger dont on vous préserve?

Nous citions tout à l'heure l'albuminurie de la scarlatine. Elle est parfois une simple séquelle qui démontre que tout n'est pas encore réparé. Elle est, dans d'autres cas, une complication dans laquelle le froid dont on ne s'est pas méfié a une responsabilité indéniable. L'affaiblissement des muscles dans la convalescence de la fièvre typhoïde peut être, elle aussi, considérée à ce double point de vue. Dans cette maladie, les ostéites, douloureuses ou non, guérissant spontanément ou se prolongeant en formes graves, sont des affections secondaires de la convalescence. Là encore des microbes qui en temps ordinaire fussent demeurés inoffensifs ont assailli un organisme en voie de réfection et l'ont cruellement atteint.

Ceci sans compter les maladies antérieures, mal guéries, qui réapparaissent à cette même occasion. A la suite de la rougeole, par exemple, une tuberculose demeurée silencieuse depuis longtemps, depuis toujours même, se montre soudain dangereuse. On ne saurait se montrer trop méfiant à l'égard de ces malfaiteurs toujours à l'affût d'un mauvais coup.

Du doigté encore et toujours.

Devant cette énumération d'écueils à éviter, peut-être pensera-t-on que nous exagérons et faisons la maladie moins dangereuse que la convalescence. Telle n'est pas notre intention, bien que des maîtres cliniciens comme le professeur Roger, que je citais au début, estiment que le médecin a souvent, en effet, moins de peine à soigner la maladie elle-même qu'à conduire à bien l'œuvre des jours qui la suivent. C'est qu'au cours de la première, la nature est suffisamment armée et que nous n'avons qu'à l'aider. Lorsque la lutte est finie, les défenses organiques sont au contraire épuisées et il faut y suppléer, ou tout au moins savoir ménager celles qui subsistent.

A la vérité, la plupart des convalescences se font bien, mais à la condition qu'on les surveille et qu'on se rende un compte exact de la fragilité du sujet pendant quelque temps encore. Le soigner à ce moment, ce n'est plus affaire de médicaments énergiques, mais, la plupart du temps, de précaution et de doigté. Des médicaments, nous n'en emploierons pas beaucoup; quelques toniques du cœur, si celui-ci montre des signes de détresse; quelques stimulants du système nerveux; un peu de fer, d'arsenic ou, pour être «à la page», de foie de veau si l'anémie est prononcée; quelques prises de pepsine lorsque l'estomac est trop paresseux, ce sera à peu près tout. Des vins généreux, si traditionnels? Sans doute, ils sont excellents, mais à la condition que le foie et le rein soient intacts, sans quoi on pourrait leur nuire, et ce n'est pas le moment.

Mais soignons particulièrement l'hygiène; alimentons le convalescent peu à peu, progressivement, «comme un enfant que l'on sèvre», a dit un auteur avisé. Ménageons avec soin cet appareil digestif qui va être, à cette condition, le grand artisan de la réparation. Evitons les imprudences, les sorties trop précoces, trop longues, faites par temps douteux, les fatigues intempestives, les veillées trop prolongées, les visites trop nombreuses. Surveillons les moindres symptômes anormaux, sans nous en émouvoir, car la plupart du temps ils sont très fugaces si l'on sait parer aux petits désordres qu'ils dénoncent. Usons des ressources que nous offre la nature, des bains, de la campagne, du calme des champs, et n'oublions pas le moral, dont il faut se préoccuper comme du physique.

Rabelais a dit d'une personne «saulve de longue et forte maladie et venent à convalescence» qu'il la «fault choyer, épargner, restaurer». Au second de ces termes, on reconnaît que «Pantagruel» a été écrit par un médecin.

Docteur Henri Bouquet.

Werbet Abonnenten für das „Rote Kreuz"!