

Médecines et réfections corporelles

Les soins de la fatigue au XVIIIème siècle *

par Gérard SEIGNAN **

Quand au XVIIIème siècle les médecins recensent pour la première fois les corps affaiblis par les métiers, l'épuisement des journaliers, l'accablement des crocheteurs, l'*Encyclopédie* ajoute à cette liste les manouvriers, les portefaix ou les porteurs de chaise. À l'époque où la médecine construit un socle théorique sur lequel elle veut s'ériger, le discours scientifique livre une nosologie dans laquelle l'afflux des esprits animaux et du sang dans les muscles ou bien encore la stase de cette humeur dans les veines, sont autant de modalités de fatigue. Entrons dans le détail de ces formulations pour voir œuvrer l'imaginaire médical du siècle des Lumières et pour cela voyons d'abord comment on définit la fatigue du corps avant d'aborder les façons d'y apporter remède.

La fatigue et la "dissipation des esprits"

Le mécanisme de la dissipation

Parmi les causes de fatigue identifiées au XVIIIème siècle, un premier modèle repose sur la dissipation des esprits animaux. On ne saurait douter, écrit Jacques Minot, que "les esprits / ne se dissipent quelquefois, l'épuisement où l'on se trouve après de grandes fatigues en sont la preuve incontestable". Pour comprendre le mécanisme de leur dissipation, convenons de la présence de ces esprits dans les nerfs. Ils y sont conduits du cerveau jusqu'aux muscles qu'ils contractent par un effet de souffle. De l'action de ces souffles volatils, invisibles, impalpables, écrit Daniel Leclerc, "résultent tous les mouvements. Les esprits animaux, principes moteurs, sont en perpétuelle agitation et tandis que les uns / se volatilisent dans le corps, / une foule innombrable déjà dispersée dans la machine circule dans tous les membres". Remarquons comment dans l'imaginaire médical du XVIIIème siècle la dissipation est indissociable de l'action du fluide nerveux dans les muscles. Dans le cas exemplaire des mouvements demandant de la force, à chaque "pression de l'influx nerveux dans les muscles, les parties spiritueuses de cette substance se sont dissipées". L'homme est alors fatigué. Ce schéma fit consensus. C'est donc au regard de la finesse et surtout de la vitesse de diffusion des esprits, que "la contraction du muscle qu'il produit, précipite la dépense de ce fluide échappé par les pores vers l'atmosphère".

* Séance de novembre 2010.

** 12, rue des Alouettes, 47500 Montréal, Canada.

Pour tirer cette conclusion, les médecins dotent les esprits d'une certaine *élasticité* leur permettant d'agir en vertu d'une pneumatique initiée par Descartes. Si donc les esprits contractent le muscle par un effet de souffle, ils y produisent une force expansive dont la puissance diminue à mesure que diminue leur quantité. À l'appui de ce présumé Auguste Tissot, spécialiste des nerfs, fait valoir l'expérience de la ligature du nerf diaphragmatique comprimé au-dessous du lien. La compression fait "mouvoir le diaphragme en y déterminant les esprits animaux ; mais au bout de quelques pressions ce mouvement cesse parce que les esprits animaux s'épuisent". Concevant alors les fibres musculaires dans le prolongement de l'extrémité du nerf dépourvu de son enveloppe et plein d'esprits, la physiologie de la fatigue infère l'inefficacité contractile à la vacuité de ces fibres, autrement dit à l'évaporation du principe moteur qui prive progressivement les muscles d'une source d'énergie.

Des bons sucs aux bons esprits

Des remèdes sont proposés en contrepoint de la dissipation fatigante. Mais si le repos est prescrit, sa justification accorde au sommeil une place de choix. On en attend la conjugaison de l'inactivité du corps et des langueurs humorales. Il s'agit en effet de laisser au cerveau le temps d'accumuler les esprits tirés d'un sang dont le cours est estimé plus lent quand on dort. Dans ce système où le cerveau représente le filtre et le réservoir des esprits, nul physiologiste ne doute que le matin, au réveil, l'âme puisse en envoyer beaucoup dans les nerfs pour mouvoir les parties.

D'où viennent les esprits ? Des nourritures et des boissons. Aux yeux des experts, ceci n'a pas besoin de preuve. Le spectacle de la nature en donne une démonstration sans faille. Chaque animal, dit Dufieu, trouve dans la diversité des substances qui existent "sur la terre ou dans l'eau des molécules capables de devenir des esprits animaux". Et c'est des principes ou sels volatils, précise le chimiste Nicolas Lemery, tirés des organismes vivants que l'homme reçoit l'agent de ses fonctions. Tous les aliments cèdent donc des esprits au sang y compris les boissons aromatiques. Servies chaudes, elles délivrent les éléments constitutifs des plantes infusées que Jean-Baptiste Sénac conseille de cueillir le matin "quand la rosée répandue sur leur surface, bouche leurs pores et empêche que les esprits amassés durant la nuit s'exhalent". De même le vin apporte des esprits. Ce breuvage chauffé par les entrailles libère dans le sang ses parties spiritueuses. Alors, dans le corps fonctionnant comme un alambic, les esprits *exaltés* montent jusqu'au cerveau, là où William Smellie les imagine ranimer les esprits devenus *languissants* suite à quelque exercice violent ou un travail pénible.

Complémentaire des nourritures, il y a la promenade en plein champ. C'est le matin à la fraîche, lorsque s'exhale l'esprit volatil des plantes dont l'origine se trouve dans les parties les plus pures de l'éther, que "la respiration fournit l'occasion au sang de se charger d'esprits vifs et subtils". Ainsi au terme d'un parcours les menant des poumons au cerveau sous la force du cœur, les esprits quittent leur réservoir pour porter dans tout le corps leur vertu animale.

Pour imaginer leur thérapeutique, les physiologistes du XVIII^{ème} siècle ont donc tranché sur la nature liquide ou éthérée d'un fluide circulant dans les nerfs et retinrent sa composition déliée et agile qui lui permet de se lancer dans les nerfs pour animer les muscles. Or le fluide nerveux n'est pas l'unique fluide à parcourir le corps. Une humeur circule aussi : le sang. Que son cours s'accélère et voilà ce désordre pensé en terme de fatigue.

La fatigue et l'usure

L'usure des "solides"

Entre autres causes de fatigue au XVIIIème siècle, il y a donc l'usure du corps. Hermann Boerhaave, dont l'autorité fut grande sur la pensée médicale de son temps, en démontre le mécanisme dans ses *Institutions de médecine* publiées en 1708. Ainsi quand l'homme court ou travaille, le sang s'accélère dans les veines et les artères et le fluide nerveux dans les nerfs. Car le mouvement "augmente toujours la contraction et le relâchement réciproques des fibres musculuses et en même temps le cours de toutes les humeurs, de là, les solides trop usés se dissolvent, suit en conséquence la fatigue". Voilà ce qu'est aussi la fatigue : la conséquence d'une dissolution, d'une désagrégation des solides. Imaginons en effet ce qui se passe au point extrême de l'aboutissement des turbulences humorales. Quand par son flux le sang distend les fibrilles ou structures élémentaires du muscle, il s'attaque en réalité aux *vaisseaux* constitutifs de la *chair* des muscles. S'ensuit une érosion due au jeu incessant de flux et de reflux sanguin au sein de la structure musculaire. Impossible alors d'imaginer semblable mécanique sans que de la matière s'exfolie de la paroi des vaisseaux.

Dans le corps soumis à l'impétuosité humorale, la science médicale sait la transpiration adjuvante à l'usure. Tous les médecins partagent en effet l'opinion que l'homme qui transpire perd beaucoup des *particules* qui le composent. Tout se joue dans l'évacuation de l'eau contenue dans le sang. Un simple regard sur la peau permet en effet de voir qu'à un labeur ardu correspond une transpiration abondante. D'où la conclusion qu'une grande activité évacue "les petits corpuscules qui se mêlent aux liqueurs, prennent le même cours avec elles et s'exhalent". Dans ce cas, les vaisseaux excréteurs abouchés à la peau dissipent les particules de matière sous forme de sueur. C'est ainsi qu'en raison des dégâts internes dénoncés par un signe jugé sans équivoque, les médecins interdisent l'exercice quand cette liqueur apparaît. Si, comme le pense François Dagognet, l'hypothèse d'évacuations excessives comme cause d'affaiblissement trouve quelques fondements chez Lucrèce, dix-sept siècles plus tard la science médicale se souvient que tout ce qui s'envole du corps renvoie à des détériorations de la matière dont il se compose. Ces conceptions s'appliquent à un corps dont il faut maintenant définir le contour.

La fatigue d'un corps "machine hydraulique"

Quelle est cette machine dont l'exercice violent règle le flux et les compositions ? Une machine hydraulique, répond Julien de La Mettrie, "qui jouit de la vie au moyen d'un mouvement assidu et réglé d'humeurs passant par des vaisseaux". Rappelons ici que Georges Canguilhem voit dans l'idée de régulation au XVIIIème siècle, une notion liée à l'histoire des moulins appliquée aux techniques de distribution des eaux. Aussi n'est-il pas surprenant, précise Canguilhem, que tout progrès dans la technologie mécanique ait donné l'occasion aux médecins physiologistes d'user de nouveaux modèles pour l'intelligence des fonctions animales. Il est indéniable que dans un système d'organes où le mouvement progressif des fluides dépend de l'impulsion et des compressions auxquelles ils sont exposés, le corps soumis à l'impétuosité humorale se fatigue progressivement en s'érodant.

On comprend que pour tirer des conclusions de l'action érosive des humeurs, les médecins imaginent un dérèglement de l'hydraulique humaine. Cela ne leur paraît possible que si la paroi des vaisseaux oppose une résistance jugée d'autant plus grande que le diamètre des conduits est connu pour aller en diminuant. Si l'on ajoute à ce mécanisme la vitesse du sang, on comprend que la science médicale put appliquer à la lettre les principes formulés par Hales. Le savant anglais montre en effet que, dans le corps, les fluides

ne coulent jamais dans un milieu résistant qu'en fonction de l'excès des forces qui les poussent. "Et s'ils coulent plus vite, il faut nécessairement que les forces poussantes aient augmenté dans un plus grand rapport que les résistances". Admettons avec les théoriciens du temps que les contractions violentes accélèrent les humeurs, il se crée ainsi une force assez puissante pour vaincre la résistance qui s'y oppose. Suivant en cela les lois de l'hydrodynamique ou science du mouvement des fluides, les liqueurs du corps pressent de toute la valeur de leur poids les obstacles qu'elles rencontrent latéralement. Voilà pourquoi, face à une telle puissance, on crut la résistance des vaisseaux proportionnée à "l'impétuosité du fluide qui y arrive et à l'inverse de la résistance que font les parois des vaisseaux". En ce sens, l'accélération du cours des humeurs a détruit l'état d'équilibre entre les fluides et les solides qui constitue la santé et qui, par extension, forme le contour de ce qui en ce temps représente l'homme fort.

L'alimentation et la réparation de l'usure

Sachant la machine soumise au cours régulé des fluides, la thérapeutique précise que si pendant l'exercice violent, le sang érode, celui-ci répare aussi. En effet, "la même humeur qui produit les effets de destruction apporte, place, applique dans les interstices, une grande quantité de particules de même nature que celles qui se séparent et se perdent. Ce qui est perdu est donc exactement rétabli, les pertes solides sont rétablies". Deux conditions sont édictées pour que la réparation s'opère. D'abord la circulation doit être redevenue calme pour qu'en cesse le cours érosif. Ensuite le sang doit tirer d'un bon chyle la matière de la réparation. Ainsi chargé des particules alimentaires prises aux vaisseaux chylifères ou *veines lactées* identifiées par Pecquet au XVII^{ème} siècle, il peut les transporter jusqu'aux petites fentes entre les fibrilles où elles s'arrêtent et se collent. Dans cette thérapeutique fondée sur l'efficacité du colmatage réparateur, le choix des aliments est crucial.

Aux paysans et ouvriers dont les travaux demandent de la force, Le Bègue recommande les aliments *solides* comme le pain, les pois, les fèves, le cochon salé. La logique des similitudes entre consistance des nourritures et solidité corporelle fit aussi conseiller de manger du bœuf. Sa viande est connue pour être productrice de bons sucus qui, une fois condensés dans les vésicules des fibres, ne s'en séparent pas aisément. "C'est pourquoi ceux qui mangent beaucoup de bœuf sont forts, vigoureux et robustes". Surveiller les apports nutritifs suppose aussi de manger en proportion des pertes dues au travail journalier. S'il arrive en effet qu'on s'abstienne de nourriture en faisant de l'exercice, dit Nobleville, un signe, peu fréquent il est vrai, avertira de l'urgence de restaurer les forces : c'est la fièvre d'épuisement. Mais si l'on eut dans cette fièvre beaucoup d'égard à la faiblesse du corps, ce fut "en faisant usage d'un régime restaurant. Il indique les bonnes nourritures, les cordiaux, les corroborants. En faisant cesser l'épuisement, on fera cesser la fièvre". On administra donc les corroborants pour leur capacité à céder beaucoup de matière ; ce sont les matériaux de la restauration. Quant aux cordiaux, comme les poires, les pommes, les abricots, aliments fortement *coalescents*, on voulut que leurs particules agglutinées aux fibres y fissent effet *d'astringents*. Tous les remèdes de cette classe eurent comme particularité de faire adhérer plus fortement les fibres entre elles.

Au titre des composantes incontournables des réfections corporelles la science médicale mentionne les boissons. L'eau d'abord. Car sa force appréciée par l'analogie du pieu de bois mouillé enfoncé dans le marbre qu'il finit par briser, l'eau donc, capable de forcer la cohésion des aliments, agirait comme un suc digestif. De plus, elle sert de véhicule aux particules alimentaires qu'elle conduit dans des conduits étroits. Combinant de la

sorte dissolution et délayage, “l’eau [combinée aux particules alimentaires] forme une émulsion qui va s’appliquer à nos fibres et se changer en notre propre substance”. De ce régime roboratif, le médecin n’exclut pas pour autant les vins, ceux de France ou de Grèce, car tous possèdent une pointe *gracieuse* et *vive* qui ranime, réchauffe le corps et lui donne une *énergie* extraordinaire. Enfin le lait. Celui de vache, mélange des sucs de la viande de cet animal et du suc des plantes dont il se nourrit, autant boisson que nourriture, sorte de condensé des forces de la bête, “aliment simple aisément digéré, [le lait] produit nécessairement un bon sang”. Et donc de la chair.

Quand l’exercice aide la nutrition

À l’époque où les réfections nutritives font grand cas des régimes, l’exercice fut aussi un moyen de conserver la vigueur. On admit en effet que les fibres acquièrent une force suffisante en y appliquant une matière convenable. Certes, sans le secours de l’exercice, la nutrition opère aussi et le chyle, une fois porté dans la masse du sang, parvient aux solides sous l’effort de compression des mouvements du cœur. Or, pour satisfaire l’assimilation et l’action mécanique de compression qu’elle suppose, les fibres doivent être fortes. C’est à ce niveau qu’intervient l’exercice. Pris sous la forme de la marche ou de l’équitation, il procure des contractions sans violence substituées aux compressions que les fibres usées ne peuvent plus produire. Pressant ainsi modérément le sang dans les vaisseaux, l’exercice rend à la fibre les déperditions relatives aux frottements qu’elle subit. Le fait est suffisamment confirmé par l’expérience de deux frères, dit Boerhaave, dont “l’un est sédentaire et l’autre va à la chasse, court à cheval, fait des exercices fatigants. Le premier a le tempérament d’une femme, une santé frêle et délicate, l’autre par l’exercice acquiert des forces prodigieuses”. D’ailleurs les médecins invitent à regarder les jambes des porteurs de chaise, les bras des bateliers ou le dos des portefaix, pour se rendre compte que par l’exercice le sang y vient en abondance et que les forces augmentent.

Si l’exercice est prescrit pour rendre résistant à la fatigue, son moment par rapport à la digestion revêt une grande importance. Trop près du dernier repas, le grand mouvement est accusé de faire descendre trop vite les aliments de l’estomac vers l’intestin. Les flatuosités, les vents après la digestion, renseignent sur ce désordre. Plus grave, on craint que la compression abdominale accompagnant l’exercice, évacue les bons sucs avec les excréments. C’est pourquoi on conseille de s’exercer avant le repas l’estomac vide. À ce moment, l’exercice fortifie les organes de la digestion qui ensuite se fait mieux. Bien digérer est donc essentiel. D’où l’appréciation du temps convenable pour la chevauchée ou la promenade qui, d’après Lorry, se présente sept heures après le repas. “Alors l’exercice, précise-t-il, fait autant l’application des matières / que l’expulsion de celles qui sont excrémentielles”.

Que savons-nous maintenant des procédés qui font disparaître la fatigue ? Si l’exercice s’applique si bien à la réparation de l’usure, cela tient à la force des trajets humoraux dont le médecin module l’intensité. Régulateur, l’exercice facilite l’assimilation des nourritures. Or l’exercice du corps n’est pas exclusif à la conversion corporelle des matières alimentaires, il s’applique en remède à une autre cause de fatigue apparue quand le sang circule mal. Il s’agit en ce cas d’une lassitude engendrée par l’inertie des fluides.

La fatigue et l’inertie des fluides

Une stase du sang

Dans la nosologie des lassitudes au XVIIIème siècle, l’inertie des fluides est le fait de personnes œuvrant dans une même posture ou restées trop longtemps immobiles.

Charles Vandermonde, dont les écrits font date dans l'hygiène des professions, fait état d'artisans, de tailleurs, de fabricants de draps se présentant à lui abattus de lassitude des mains, des pieds et des jambes parce qu'ils sont debout. Dans cette position tenue de longues heures, les muscles des jambes sont inactifs, l'humeur est stagnante et les veines s'engorgent. Si bien que toutes les fois que le sang a de la peine à circuler, son inertie, perceptible au gonflement des veines, l'est aussi à la pesanteur des membres. Et s'il est des "lassitudes qui viennent naturellement, sans aucune cause apparente, elles prouvent manifestement l'embarras de la circulation".

Indiquée par la lourdeur du pouls, la lassitude fit craindre qu'à terme, la circulation du sang confiée à la seule action du cœur se ralentît d'abord dans les petits vaisseaux puis dans les autres à proportion de leur éloignement de l'organe propulseur. Nul doute qu'alors l'humeur ne congestionne les vaisseaux provoquant la pléthore et abondance nuisible de sang. Mais si l'embarras de la circulation est cause de lassitude, il en existe une autre imputée à la sécheresse du sang. Elle est le terme inévitable pour un corps qui transpire, perdant ainsi son eau. Au nombre des professions concernées par ce désordre Vandermonde range donc les tondeurs non seulement parce qu'ils sont debout, mais en raison de *l'état violent*, dit-il, dont souffrent leurs bras maniant de lourds ciseaux. Dans ces circonstances, la transpiration bien que localisée à la partie supérieure du corps, n'en constitue pas moins la plus abondante des évacuations. Or quand l'ardeur au travail augmente, la physiologie enseigne que la transpiration se change en sueur. Et lorsqu'elle se forme, "la sueur emmène ce qu'il y a de plus liquide dans le sang, elle le laisse plus sec, plus épais". Sans doute que, privé de près d'un litre d'eau, comme le mesure Bigot de Morogues, le sang moins fluide coule moins bien dans les veines. Au bout d'une longue journée de travail, la sentence est imparable : le sang s'est épaissi, il ne circule plus. C'est la lassitude.

Les métiers ne sont pas seuls à lasser. En connaisseurs avertis de l'hémodynamique, les médecins savent la course responsable de la dessiccation du sang. Dans la course, en effet, quand le fréquent mouvement des jambes accélère le cours du sang, celui-ci frotte considérablement sur les parois des veines. Or semblable frottement ne peut s'imaginer sans qu'il génère de la chaleur. Selon Hales, il semble que ce soit surtout dans les poumons que le sang acquiert sa chaleur puisqu'il y roule avec plus de rapidité que dans les autres vaisseaux. Or Boerhaave le dit, le sang frotte aussi contre la paroi de tous les vaisseaux du corps, voilà pourquoi il s'échauffe. Et puisque la chaleur du sang est la cause des exhalaisons, plus elle augmente dans le corps, plus la transpiration est abondante, ce qui prive le sang d'une sérosité qui lui est nécessaire et l'épaissit. Pour éviter cette fâcheuse conséquence, tous les médecins multiplient les appels à vigilance et conseillent de cesser l'exercice lorsqu'on commence à suer. Néglige-t-on le conseil ? Il existe des soins pour humecter le corps

L'humectation du corps

Pour humecter le corps et diluer le sang, l'eau pure s'imposa comme meilleur remède. D'ailleurs, un homme fatigué et qui transpire, a soif. Alors non seulement la boisson apaise le dessèchement des nerfs du gosier, mais elle imbibe le sang visqueux qu'elle dilue. Un problème pourtant subsiste. L'été, quand on s'y livre à l'exercice, la perte d'eau est plus grande à cause de la chaleur. Ne nous étonnons pas que Lorry conseille de mêler eau pure et boisson acidulée pour que cette liqueur resserre un peu les vaisseaux excrétoires. Car il sait les travaux *forcés* susceptibles de chasser l'eau hors du corps par l'action violente des muscles. La question des pertes aqueuses est ainsi réglée par le rétrécis-

sement des émonctoires. Si la prévention n'est pas respectée et que le corps s'assèche, le médecin prescrit les bains tièdes. C'est un remède merveilleux, dit Pierre Marteau, spécialistes des bains, pour combattre les troubles venus d'un sang épais circulant dans des conduits trop secs. Car lorsque le sang dépouillé de l'humide radical circule plus difficilement dans des conduits arides. "Le bain tiède humecte, ramollit et par conséquent répare ces désordres". D'abord il dilate les pores, rend le corps perméable et fait ensuite diffuser l'eau jusqu'au sang ainsi rendu plus fluide et donc plus malléable. Du même coup, assouplissant les veines, l'imbibition facilite l'effort des solides et rend libre cours à la circulation. Ainsi opère Daniel Deshayes, médecin de Louis XVI, à la nuance près qu'appliqué à ceux "dont le corps fatigue beaucoup, le bain tiède travaille d'abord au rétablissement de la fluidité de la lymphe, par conséquent de celle de toutes les humeurs, parce qu'il n'est point de fluides sans la lymphe". Utilisée pour ses nombreux atouts, l'humectation de l'humeur mère de toutes les autres délasse le corps dont elle assouplit aussi les conduits.

Nous savons maintenant de quels savoirs ces options thérapeutiques tirent leur pertinence, mais dans le choix des justes températures l'usage de la fraîcheur n'a pas manqué d'arguments.

Quel est l'usage de la fraîcheur ?

Alors qu'on attendait des bains tièdes qu'ils délassent par leur chaleur, la fonction des bains froids, aux alentours de quinze degrés, fut qu'ils "resserrent les fibres, repoussent une partie de la transpiration, calment la fougue du sang par leur fraîcheur". Une restriction adressée aux femmes pendant le temps des règles leur impose de ne point tremper leurs pieds ou leurs mains dans l'eau froide sous peine que les évacuations s'arrêtent d'un seul coup. Convenons que la coagulation du sang dans la matrice s'avère ici contraire au rétablissement de la circulation. Par contre, administré dans les temps convenables, le bain de rivière combine deux effets, d'abord l'eau froide stimule les solides et, par ce biais, ranime le cours des fluides, mais encore, en resserrant les émonctoires, la fraîcheur conserve l'eau du corps.

Si, comme on vient de le voir, l'usage de la fraîcheur s'entoure de précautions, la prescription des boissons impose une même prudence. Pour ôter les lassitudes, le médecin doit en effet satisfaire à l'impératif de rafraîchir le sang sans le figer. Aussi prescrit-il la limonade ou le lait d'orange pourvu que ces boissons ne soient pas trop froides, sous peine, disait-on, de *coaguler* les liqueurs. Une autre difficulté dut être contournée. La physiologie, on le sait, enseigne le pouvoir de l'exercice sur le cours des humeurs. Or l'expérience montre qu'exercer le corps, c'est faire usage d'une médication dissipatrice de beaucoup d'humidité. Hoffmann conseille donc aux personnes fatiguées de prendre des *aliments humides* comme le vin trempé. N'en concluons pas pour autant que le régime humectant exclut l'exercice corporel de l'éventail thérapeutique

Mouvoir les humeurs

Au sens strict, recommander l'exercice c'est reconnaître que "l'action du muscle accélère la circulation en poussant le sang dans les veines". Au plan thérapeutique, c'est attribuer aux muscles le pouvoir de lutter contre la stase sanguine. À cette fin, sont prescrits la promenade, la course, le cheval, les jeux de boules, les exercices des armes, la danse, la paume, les voyages en voiture, la chasse. Pour un meilleur effet, Gilbert souhaite les marcheurs, cavaliers ou danseurs, en compagnie de personnes gaies, enjouées. Car l'exercice dans une ambiance joyeuse combine son effet au pouvoir vasodilatateur de la joie. Les liqueurs, ainsi libérées des contraintes qui en gênent le cours, migrent dans tout

le corps et les organes les plus éloignés sont, de plus, vivifiés. D'un corps lassé, l'exercice joyeux a refait un corps neuf. Or il n'est pas toujours aisé de prendre de l'exercice. Qu'à cela ne tienne, lorsque l'urgence thérapeutique l'impose, Cornaro recommande de faire de grands mouvements des bras ou quelques flexions de jambes. On calme ainsi la lassitude venue d'humeurs *embarrassant* les muscles.

Saigner et dégorger les veines

On baigne, on exerce, mais on saigne aussi. Dans la thérapie des lassitudes, Le Bègue préconise la saignée préventive de la trop grande abondance de sang. Administrée l'été, cette médication évite la pléthore qu'engendrent inévitablement la chaleur de l'exercice et celle du soleil. Fidèles à une technique vieille de quinze siècles, tous les médecins après Galien ont saigné pour vider les veines d'une certaine quantité de sang. Il est vraisemblable, selon Georges Cabanis, qu'après avoir constaté que la rétention des menstrues chez les femmes ou du flux hémorroïdal chez les hommes, génère une foule d'accidents et que leur éruption régulière signale la santé, il est vraisemblable donc que l'on fut conduit à tenter de produire par cet art ce que la nature ou les accidents avaient produit souvent d'eux-mêmes. Mais plus certainement, la saignée tira sa pertinence d'expérimentations. Albrecht von Haller, grand serviteur de la science médicale, observe, par transparence de la peau d'une grenouille, qu'en ouvrant une veine, le sang qu'elle contient, celui de la veine voisine et le sang de l'artère qui le fournit, se jette à l'endroit ouvert. Ainsi se produit une dérivation du sang vers l'ouverture tandis que "les autres veines avec lesquelles elle n'a pas de communication, éprouvent par là-même une révulsion considérable". Sous cet aspect, et pour reprendre le langage du temps, la saignée administrée en remède à la stase sanguine permet de retrouver le juste *balancement* entre les *liqueurs* et les *tuyaux*.

Les promesses de l'électrisation

Entre autres techniques revigorantes, à la fin du XVIII^{ème} siècle, l'électrisation fait naître de grands espoirs. Elle possède en effet la vertu de mouvoir les liquides placés dans des tubes de verre. Aurait-elle un pouvoir semblable sur les liquides du corps ? Antoine Nollet, élève de Du Fay, le premier à tirer une étincelle du corps humain, répond par l'affirmative. Nollet savait en effet l'électricité capable d'accélérer l'écoulement des liquides dans des canaux étroits. Une expérience avec un tube de fer abouché à un tube de verre en apportait la preuve. Dans l'ensemble destiné à être rempli d'eau et électrisé par la chaîne venue d'un globe vitreux frotté énergiquement, l'eau s'écoule plus rapidement que sans électrisation. Pour Nollet, cela vient du fait que la matière électrique s'élance avec beaucoup plus de vitesse que l'eau sortie goutte à goutte sous l'influence de la pesanteur. L'électrisation d'un corps machine hydraulique, pourrait ainsi "donner aux fluides qui entrent dans l'économie animale, quelque mouvement qui leur serait avantageux". Sensible à cette hypothèse, Sigaud de La Fond livre sa propre interprétation. Si manifestement l'électricité accélère le mouvement des fluides dans les vaisseaux capillaires, écrit-il, "son effet doit être plus sensible dans le corps humain dont les vaisseaux sont plus capillaires et que ces vaisseaux sont doués d'une force contractile qui / augmente la vitesse de la circulation". Imputer le dégoisement des veines à la stimulation de leur tunique c'est signer les balbutiements de l'électrothérapie, méthode que la médecine destina par la suite à d'autres affections. Mais il s'agit alors d'une tout autre histoire.

Conclusion

En un siècle de son histoire, nous avons vu la médecine rendre au corps sa force et sa vigueur. Sans doute tira-t-elle d'Hippocrate une grande part de son inspiration, mais en

montrant comment on régulait les fluides, réparait les solides ou refaisait des esprits, elle signe une thérapeutique à multiples facettes qui montre comment d'un corps lassé on refait un corps neuf. Nous en restent les savoirs qui, un temps, dirent leur vérité.

RÉSUMÉ

Quand au XVIIIème siècle les médecins s'intéressent aux personnes confrontées à des travaux pénibles, ils fondent leurs conseils et leurs préventions sur les modèles théoriques de la fatigue dont font partie les "lassitudes" du corps. Ces modèles font référence à la "dissipation des esprits animaux" ou substance véhiculée par les nerfs pour contracter les muscles, à "l'usure des solides" quand le flux érosif du sang détruit la matière corporelle ou bien encore à "l'inertie des fluides" génératrice de la lassitude consécutive à la stase de sang dans les veines. En s'appuyant sur ces théories, la médecine, aidée dans ses vues par la physiologie, entend restaurer les forces corporelles. Elle met ainsi en œuvre une thérapeutique qui fait grand cas du bon fonctionnement d'une machine humaine dont fut clairement spécifié le contour.

SUMMARY

When in the 18th century, physicians became interested in people facing physically-demanding work, they founded their advice and warnings on theoretical models of tiredness and body weariness. These models refer to the elimination of "animal spirits", a substance conveyed by our nerves to contract muscles, to wearing down of solids destruction of body or else inertia of fluids which created weariness due to the blood stasis in the veins. Basing itself on these theories, medicine, helped by physiology in its considerations, intends thus to restore physical strengths. In this way, they put in place a therapy, which makes much of the correct functioning of the human machine whose outlines have been clearly specified.

