

LE CLIMAT MARIN ET LES EXCES DE CULTURE PHYSIQUE.

Par le Dr. BRANDLIGT - Anvers.

Sous prétexte d'hygiène que d'excès n'a-t-on pas commis ! En cette matière le public se jette sur les nouveautés sans le moindre discernement. L'expérience des aînés n'a plus la moindre valeur. Et alors on voit s'éclorre le nudisme, les bains de soleil, les « short », les cures de repos, en un mot tout ce qui peut flatter les vices humains, ne fût-ce que le vice de la paresse. Et l'on voit des gens revenir plus malades après les vacances qu'avant le départ : ils ont passé trois semaines dans un hamac : cure de repos !

D'autres ont passé leurs journées sur le sable au bord de la mer. Leur peau ressemble à celle des nègres. Excès de rayons ultra-violets. A condition qu'ils s'en soient tirés sans coup de soleil et sans coup de chaleur. Comme il fallait s'y attendre, le corps médical a étudié les effets des ultra-violets sur le sang et sans que l'on puisse conclure en ce moment. Il semble évident qu'ici, comme en toutes choses, l'excès est nuisible : brûlures à travers les tissus légers.

Nous ne parlons pas des yeux. Il est évident que l'excès de réverbération sur l'eau et le sable, est très nuisible, et que certains jours le port de verres fumés est désirable.

L'examen médical s'impose pour décider si le climat marin convient, même à des personnes saines.

En effet, il y a une sensibilité individuelle, très spéciale. Le médecin lui-même est souvent embarrassé pour dire si tel sujet supporte bien notre littoral, ou si les hautes altitudes lui conviennent mieux.

Il est évident que les hyperthyroïdiens deviennent souvent nerveux à notre littoral : question de vent et de température. J'en ai connu qui laissaient leur famille à la côte et allaient loger à Furnes, à Bruges, etc.

S'il fait beau, ils tiennent certains jours jusqu'à 7 heures du soir. Ils se plaisaient comme des dieux, et brusquement le tableau change, ils veulent fuir. Le vent a tourné.

D'autres dorment ou sont somnolents pendant des jours

et des jours, sans que l'on puisse dire que le régime à la mer leur soit nuisible.

Ces mêmes individus vont revivre à bord d'un canal, d'une rivière (eau douce!!) ou à l'approche des Ardennes. Ils se complaisent à passer des vacances à 600 ou 1,200 mètres.

N'oublions pas qu'à la mer ce n'est qu'une question de direction de vent ! Ces mêmes hypersensibles vont se plaire à la Méditerranée, ainsi qu'au bord des grands lacs !

Le bain d'eau de mer, eau de fleuve inclus, risque de produire le même effet négatif sur ces organismes.

J'ai vu un monsieur, grand sportif, très résistant, être atteint de palpitations cardiaques avec angoisse pour avoir nagé dans l'Escaut par temps froid. Ces intermittences cardiaques l'impressionnaient tellement que malgré l'avis des médecins, il alla à Royat pour y faire une cure pour le cœur.

Mais lorsqu'il avait quitté les bords de l'Escaut, il était guéri, il passa à Royat, mais n'y consulta aucun médecin, n'y fit aucune cure : il était guéri.

Cet exemple est à retenir, car nous avons à Anvers, un climat marin. Ste-Anne-plage peut très bien convenir comme lieu de cure marine, pour ceux dont les moyens ou les circonstances ne permettent pas d'aller au littoral. Nous l'avons prônée de tous temps pour les rachitiques, sans autre résultat qu'un sourire de dédain pour notre prétention d'oser assimiler les bords de l'Escaut à une plage marine.

Rien n'est moins vrai cependant, mais avec une nuance naturellement. Les vents marins ont passé la terre. L'eau à marée basse certainement est peut-être beaucoup moins salée.

Tout cela a son importance pour les personnes sensibles. En même temps que c'est un bienfait pour d'autres sujets qui préfèrent se baigner dans une eau stimulante plutôt que dans une eau douce.

La peau est l'organe que nous négligeons le plus. Ce pauvre revêtement cutané est vraiment le paria de notre organisme.

Si l'on a vu nos pères ne pas user de bains du tout, actuellement l'on voit des personnes prendre deux et trois bains par jour, dans une eau quelconque. Comment pourrait-on pêcher par excès de propreté !!

Toutes les peaux ne supportent pas d'être dégraissées à outrance.

D'autre part, la peau est une grande surface absorbante. Si l'on se baigne dans une eau salée, elle absorbe du sel en quantité; comme elle subit l'effet des ingrédients ajoutés à l'eau de distribution dans un but de désinfection. D'où éruptions, démangeaisons, etc.

La peau est un émonctoire par sa sudation.

Je voudrais bien savoir ce qu'il advient de cette grande fonction chez celui qui aurait passé ses vacances plus ou moins nu dans un hamac ou dans le sable du littoral. Si en guise d'exercice il a fait de la natation, qu'est-il advenu de ce vaste émonctoire ?

Et même, chez celui qui fait de l'exercice en costume d'Adam, qu'advient-il de la fonction sudatoire ? En supposant qu'il transpire, l'eau va s'évaporer, les sels resteront à la surface de la peau et s'ils ne sont pas balayés par le bain, ou par un linge sec, les toxines seront réabsorbées. La chose a été démontrée expérimentalement.

Résultat : certains nudistes revenaient de vacances avec une peau à la mode, mais beaucoup plus intoxiqués qu'avant le départ. Tous les médecins en voient chaque année des exemples probants : résultat inévitable de la mode : cure de repos, nudisme, bains de soleil et autres élucubrations modernistes.

L'air libre est un excitant pour notre peau. Et loin de moi de médire du bain d'air. Nous recommandons même d'en user quotidiennement au cours de la toilette.

Il est un autre fait d'observation ancienne. Le climat d'Anvers ne convient pas toujours aux personnes nées à l'intérieur du pays : spécifions Turnhout, Bruxelles par exemple. Les Suisses surtout peuvent être malades dans notre port, sans qu'on puisse établir qu'ils aient souffert de notre malaria, dite fièvre des polders.

Il faut admettre que le climat marin ne leur convient pas. Il est évident que l'habitant né à Anvers est immunisé contre l'anaphélès, c'est-à-dire le moustique qui par sa piqûre provoque la malaria. L'infection, agent causal, peut nous échapper.

Il est évident que l'anaphélès fait toujours ses ravages. Ces derniers mois nous l'avons pu déceler microscopiquement

chez une malade née à Tilbourg et infectée depuis 15 ans qu'elle habite notre métropole.

Nous ne doutons point que le boisement de l'autre rive, aura un effet très salubre sur le climat de la ville d'Anvers.

La ville sera mieux protégée contre les mauvais vents.

Nous en profitons pour exprimer le vœu à la municipalité de voir planter de multiples arbres sur les terrains du Nord.

A ce sujet la province pourrait envisager la possibilité d'établir un rideau d'arbres pour préserver la ville et les communes suburbaines des émanations des usines d'Hemixem.

Le hasard, ni la fatalité ne peut satisfaire notre esprit scientifique moderne. Et tout naturellement les savants analyseront en détail les moindres faits. Inutile de vouloir narquer l'expérience des peuples !

Tout ceci n'exclut pas les bienfaits de nos cures marines. Nous avons simplement tenu à mettre au point certains faits trop négligés par le gros public.

Sous prétexte d'hygiène on ne doit pas sacrifier sa santé et s'exposer à des accidents très graves : tels les coups de soleil et de chaleur.

Nous n'avons pas non plus la prétention d'avoir été complet. Le temps nous en fait défaut. Nous avons simplement désiré attirer l'attention sur quelques phénomènes de climatologie locale et les possibilités curatives de notre littoral et de notre nouvelle plage d'intérieur : Ste-Anne-Plage.
