La place des cures thermales dans l'hygiène de l'homme d'affaires

Autor(en): **Mugler, A.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Revue économique franco-suisse**

Band (Jahr): **47 (1967)**

Heft 1: **L'hygiène de l'homme d'affaires**

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-887856

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

La place des cures thermales dans l'hygiène de l'homme d'affaires

par le Docteur A. MUGLER

(Vittel)

Il semble que l'homme d'affaires soit un représentant typique de notre civilisation occidentale. Incarnant une réussite sociale dans le libéralisme, il prend un aspect spectaculaire de par sa situation matérielle que manifeste son standing.

Une des caractéristiques de ces hommes, en opposition aux administrateurs d'organismes d'état, réside dans le fait qu'ils sont souvent des « self-made-man ». La responsabilité personnelle considérable que portent en permanence ces hommes ou ces femmes appelés « hommes d'affaires » est la contrepartie de cette réussite libérale. En effet, le succès de leur entreprise implique indéniablement une responsabilité envers leurs cadres et employés, sans oublier le risque permanent de ruine matérielle aussi spectaculaire que la réussite en cas d'erreur de manœuvre ou de prévision. Aussi, peut-on considérer que les répercussions sur la santé de certaines exigences sociales et professionnelles, déterminant des troubles que l'on a groupés sous le terme de « Maladie de la Civilisation », concernent tout particulièrement l'homme d'affaires ou les cadres supérieurs d'entreprises publiques ou privées.

Ces troubles se manifestent par un état d'anxiété, d'insomnie et d'irritabilité par manque de concentration intellectuelle caractérisant une fatiguabilité intellectuelle et psychique et souvent sexuelle. Ce syndrôme s'accompagne de signes cliniques sous forme de migraines, de troubles digestifs ou circulatoires, d'hypertension artérielle. La pléthore va le plus souvent jusqu'à l'obésité vraie. Selon les individus et le terrain, l'ensemble de ce syndrôme de « maladie de la civilisation » par surmenage peut se répercuter sur un organe bien caractérisé : sur l'estomac sous forme d'« aérophagie », sur l'intestin sous forme de colite spasmodique, ou encore sur le système vasculaire sous forme de douleurs dans la région du cœur et de la poitrine.

Ces symptômes s'accompagnent souvent d'un aspect congestionné avec essoufflement facile ou encore de manifestations rhumatismales variées : lumbago, périarthrite de l'épaule, etc. qui évoluent en réalité sur un excès d'acide urique dans l'organisme. Il faut reconnaître d'ailleurs que les médecins n'attachent souvent pas assez d'intérêt aux relations entre l'excès d'acide urique sanguin et de telles manifestations douloureuses.

Passons rapidement en revue les conditions générales et particulières de vie du déterminisme de ces troubles, ce qui nous permettra de montrer l'intérêt des cures thermales pour leur correction.

D'abord, l'homme d'affaires partage les circonstances générales de vie non hygiéniques, ou anti-hygiéniques, de l'entourage. Le traumatisme audio-visuel en constitue un élément important : que ce soit dans la rue ou dans son bureau (téléphones, interphones, sonnettes, machines à écrire ou à calculer) ou à son domicile (télévision) ou encore au cinéma dont la sonorisation semble souvent destinée à des sourds, l'homme moderne est soumis à un stress sensoriel permanent. Rappelons la surcharge de la tension nerveuse que détermine par exemple la contrainte systématique des feux rouges, et l'anxiété de l'homme pressé en plein embouteillage, tout ceci sans parler des traumatismes corporels toujours possibles par accident de voiture. De plus, l'air qu'il respire est vicié et l'eau qu'on lui offre contient des désinfectants ou des virus, ou peut-être les deux.

Les circonstances particulières de l'homme d'affaires en surimpression sur les précédentes sont d'abord représentées par le repas d'affaires fréquent. Ce dernier, comme tout le monde sait, comporte trois repas successifs : le hors-d'œuvre et l'entrée, les plats principaux, les fromages et le dessert, le tout précédé de whisky à l'eau fortement gazeuse et arrosé de vins variés et suivi parfois d'alcool. Encore, le repas d'affaires ne serait-il pas un vrai problème, si immédiatement après, cet homme déjà surmené ne devait aller s'asseoir à son bureau et au prix d'efforts

considérables surmonter son envie de somnoler, conséquence normale d'un gros effort de digestion, pour continuer à traiter d'importants problèmes pour l'avenir de son affaire. De retour chez lui, il prend à nouveau un whisky pour se remettre des émotions de la journée, de sorte que les répercussions de la publicité sur les propriétés anti-infarctus du whisky sont actuellement des plus nuisibles pour l'homme d'affaires français et déterminent un éthylisme réel mais latent, qui lui favorise certainement l'infarctus.

L'autre aspect particulier de la vie de ce type d'homme qui partage son temps entre les affaires et la voiture, est caractérisé par sa sédentarité malgré une fausse activité physique qui n'est qu'agitation. Ainsi, l'entrepreneur qui visite un chantier est contracté et il n'est nullement question de mouvements respiratoires d'oxygénation de sorte que cette « marche » n'a aucune valeur de santé ou de détente.

Enfin, comme nous l'avons vu, le surmenage psychique lié aux soucis et à l'insomnie aggrave toute une tendance pathologique engendrant la « nervosité ». Alors, il fume plus, et finalement entre dans un cercle vicieux : énervement, cigarettes, intoxication du système nerveux, nervosité.

Il est évident que l'homme d'affaires devrait se soumettre régulièrement à un bilan médico-biologique afin d'éviter le passage de la limite élastique dont il est souvent loin d'être conscient. Ce bilan doit évidemment être précédé d'un examen clinique sérieux avec électrocardiogramme et radiographies et éventuellement d'autres examens, si nécessaire. Ce bilan permet ainsi une mise au point complète de l'état de santé du sujet et les déductions qu'en tire le médecin sont destinées à pallier l'apparition d'incidents sérieux.

Laboratoire de Vittel (Vosges) (Photo Karquel. Commissariat général au tourisme)

Nous avons une expérience étendue de ces bilans chez ce genre d'homme. Qu'y trouve-t-on? D'abord, l'élévation sanguine fréquente des graisses — dont en particulier des triglycérides — avec un taux de cholestérol le plus souvent anormal ou parfois élevé, l'hypercholestérolémie pouvant d'ailleurs se rencontrer isolément. L'excès d'acide urique est quasiment la règle car ces sujets éliminent relativement peu par les urines. Les autres

paramètres sanguins : urée, créatine, sucre, taux de prothrombine et de viscosité, sont à la limite supérieure de la normale ou franchement élevés. Ceci était traduit autrefois par l'expression « avoir le sang épais », or, on sait bien que ce sang épais mène aux attaques, dont la plus caractéristique est l'infarctus.

Dans le cas fréquent où le sujet ne présente pas de trouble clinique ou métabolique bien défini, mais un état de fatigue d'origine nerveuse, la cure de détente telle qu'elle existe à Vittel est particulièrement indiquée. Le sujet est alors soumis à une méthode de relaxation moderne par un personnel spécialisé dans un cadre agréable, éventuellement en association à de l'hydrothérapie ou de la kinésithérapie et à une cure d'exercice physique. Mais, il est bien évident que si l'affection nerveuse est accusée, le traitement devra être orienté sur une station spécialisée.

Bien entendu certains cas relèvent d'indications bien particulières et selon les troubles qui sont détectés, le médecin orientera sur une ville d'eau bien spécialisée, ceci par exemple en cas de colite spasmodique ou d'asthme. Pour une arthrose de la hanche non goutteuse, la thalassothérapie ou le traitement thermal proprement dit (à base d'eau chaude et de traitements externes) doit être institué dans une station à vocation rhumatologique. Mais, le patient aura tout de même intérêt à faire précéder cette thérapeutique d'une cure de lavage et de l'associer à un régime alimentaire. Le diabétique vrai pourra aller à Vals mais pour les para-diabétiques ou petits diabétiques, les cures de stimulation hépatique seront certainement profitables (Vittel, Vichy).

Mais, l'homme d'affaires se présentant souvent comme un obèse hyperuricémique non goutteux, il devra nécessairement choisir une cure de diurèse qui constituera un élément de désintoxication de l'organisme. En effet, il est scientifiquement démontré que l'ingestion d'eaux minérales (dont en particulier les eaux sulfatées calciques et magnésiennes) réalise une véritable épuration de tous les déchets organiques : urée, acide urique et acide oxalique par lavage des reins. Certaines stations possèdent, en plus des eaux diurétiques, des eaux permettant la stimulation des fonctions hépatiques, réalisant une véritable « remise à neuf » avec baisse concomittante de la cholestérolémie et des graisses.

L'ingestion d'eau se pratique de manière très agréable durant trois semaines : à l'hôtel le matin à jeun et surtout à la source même dans la matinée et dans l'après-midi, avec une dernière prise à l'hôtel avant le sommeil.

Il faut savoir aussi que les stations thermales disposent aussi de moyens de traitements externes dont le médecin jugera de l'utilité (hydrothérapie, kinésithérapie, massages) permettant d'augmenter les effets bénéfiques de la cure de boisson. L'ensemble est d'ailleurs élaboré après un libre dialogue entre médecin et curiste qui a la possibilité d'exprimer son opinion et d'opter pour tel ou tel traitement.

De plus, le curiste doit avoir à sa disposition une diététicienne pour mettre au point son régime alimentaire. Le médecin s'attache au traitement des symptômes cliniques et donne des conseils à longue échéance, propres au mode de vie habituel du patient.

Cependant, en plus de leur arsenal médical, les villes thermales aux indications variées disposent de tout un groupe de possibilités. Cet ensemble commun réside d'abord en leur cadre. Il s'agit en général de villes d'été, petites ou moyennes, toutes proches de la nature ce qui plaît à l'homme pour fuir son mode de vie et d'habitation artificiel des villes. Le besoin de se mettre en contact avec la nature réelle est alors satisfait sans qu'il s'agisse d'un lieu de « retraite » excluant toute possibilité d'activités sportives, mondaines, d'achats, de loisirs, etc.

Signalons une initiative heureuse instituée à Vittel qui a créé une zone de silence urbaine total de 21 heures à 7 heures, permettant ainsi un sommeil bien plus reposant qu'à la campagne où le cri des animaux peut être fort gênant dès l'aube.

En plus de l'attrait de la nature intrinsèque, le curiste pourra profiter de multiples aménagements sportifs (tennis, équitation, natation, golf, etc.) et reprendre un entraînement de son choix sous la surveillance d'un moniteur. Insistons sur le fait qu'il doit sortir prudemment et progressivement de sa sédentarité, sinon le lumbago ou la péri-arthrite lui rappellera vite son manque d'entraînement.

Un autre apport de la station thermale est la désinsertion du cadre social et familial de l'individu. Dans le cadre de la ville d'eau, l'homme d'affaires rencontrera des congénères à fonctions et à professions différentes avec lesquels il pourra avoir, s'il le désire, des échanges tout à fait différents de ceux qu'il pratique dans son cadre habituel de vie. Il est bien connu d'ailleurs qu'il s'agit là d'une forme de reprise de conscience de son rôle et de sa place dans la société.

Mais, l'intérêt majeur des stations thermales est dans le fait que l'homme d'affaires peut profiter d'un séjour d'agrément et de détente pour bénéficier d'une surveillance médicale valable. Et, nous pensons qu'il y a lieu de souligner la qualité du corps médical des stations françaises, même si la concurrence étrangère marque parfois des points quant à l'hébergement. De plus, le patient pourra profiter de son séjour pour faire faire ou refaire un contrôle de son bilan de santé dans des laboratoires modernes dirigés par des biologistes spécialisés et préparés à cet effet.

Si l'on veut donc bien y réfléchir, l'homme d'affaires surmené et intoxiqué par son mode de vie, peut trouver dans une station thermale tout ce qui lui convient particulièrement pour parer aux troubles qui le gênent dans son activité et aussi pour prévenir l'apparition de troubles plus graves sous-jacents. Prévenir vaut mieux que guérir dit-on, surtout si l'augmentation du capital santé en vue d'une meilleure rentabilité, peut se faire de manière si agréable.