

Zeitschrift: Le pays du dimanche
Herausgeber: Le pays du dimanche
Band: 2 (1899)
Heft: 102

Artikel: le froid
Autor: Vigouroux, H.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-249138>

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: 03.04.2026

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

était, il n'y avait que les quatre petites îles. La situation devenait inquiétante. Dans leur embarcas, nos deux explorateurs ne virent rien de mieux à faire que de continuer à se diriger vers le sud-ouest pour atteindre enfin le Spitzberg. Ils allèrent donc toujours en avant, empruntant tantôt la voie de l'eau, et tantôt marchant sur la glace. Le 18 août une violente tempête jeta leurs canots sur la côte de l'une des îles de l'archipel et les condamna à un arrêt de huit jours. C'était une rude épreuve pour nos voyageurs, car ils n'avaient plus un moment à perdre pour arriver au Spitzberg avant l'hiver. Et pour comble de malheur, ils s'étaient à peine remis en route qu'ils furent assaillis par une nouvelle tempête et contraints de nouveau de s'arrêter.

Avec tout cela, l'automne approchait et Nansen désespérait de trouver encore au Spitzberg soit un vaisseau qui pût le transporter en Europe, soit des provisions lui permettant d'y passer l'hiver. Dans l'incertitude où il était il prit le parti de s'arrêter et d'hiverner dans la Terre de François-Joseph. Il se trouvait en ce moment à 81° 13' de latitude et à 55 1/2° de longitude, c'est-à-dire vers le sud-ouest de l'archipel.

Il eût été certes plus agréable de passer la mauvaise saison sur le Fram que sur ce rivage inhospitalier. Chasser l'ours blanc pour avoir de quoi se nourrir n'était pas non plus le plaisir le plus attrayant. Nansen et son compagnon furent bien forcés de s'y résigner. Ils commencèrent par se construire une hutte composée de pierres, de terre et de mousse. Ils firent leur toit de peaux de morses et d'une couche de neige. Les outils leur manquant pour extraire les pierres en quantité suffisante, ils furent obligés de se servir de blocs de glace pour établir une cheminée. Naturellement cette cheminée dut être renouvelée bien des fois. Leurs lits, c'étaient des sacs de peau d'ours étendus sur le sol rocailleux. Dans leur cabane chauffée par des lampes où brûlait de l'huile de phoque et de morse, la température s'éleva parfois jusqu'à 0 degré.

Avec une hutte il leur fallait des vivres. Heureusement les ours blancs apparaissent en grand nombre et Nansen et son compagnon purent faire une bonne provision de chair de ces animaux. Pendant 10 mois, la chair d'ours et le lard de morse formèrent leur nourriture presque exclusive.

Les morses ou chevaux marins leur fournirent l'huile nécessaire au chauffage et à l'éclairage. A deux, il leur était naturellement impossible de traîner ces monstres jusqu'au près de leur cabane. Ils furent contraints de les dépecer dans l'eau même et de porter ensuite les tranches jusqu'à leur demeure. C'était un travail qui leur parut bien dégoûtant. Ils se résignèrent assez facilement à se mouiller jusqu'aux os parce qu'on se sèche à la longue, mais il leur en coûta de se voir couverts des pieds à la tête de lard, d'huile et de sang. Leurs vêtements n'étaient plus que des guenilles lourdes et grasseuses qui se collaient à leur corps et leur déchiraient la peau. Avec toute l'eau de la mer, ils ne seraient pas parvenus à se laver. Ils durent se laisser pousser la barbe, et leurs cheveux de même que leurs visages prirent bientôt l'aspect de la suie.

L'hiver vint accompagné ou précédé de la nuit polaire. Il fut rude et long. Nansen et son compagnon durent le passer presque entièrement dans leur cabane dont les parois étaient tapissées de cristaux de glace. Souvent la violence de la tempête les empêchait de sortir de leur prison même une heure par jour.

La fête de Noël arriva. Nansen et son compagnon eurent le temps de se transporter par la pensée dans leur lointaine patrie et de rêver au bonheur des petits enfants groupés autour de l'arbre de Noël. Ils célébrèrent aussi cette fête

aussi bien qu'ils le purent. Ils firent leur toilette, retournèrent leurs chemises pour changer de linge, et se préparèrent un petit festin composé de farine de maïs pétrie avec de l'huile de phoque; pour leur dessert, ils s'accordèrent une tranche de pain grillé dans l'huile.

L'hiver s'écoula ainsi lentement, tristement, puis vinrent le jour, le printemps et l'heure du départ. C'est le 19 mai que nos voyageurs abandonnèrent la hutte qu'ils avaient habitée pendant de longs mois. Ils s'avancèrent d'abord vers le sud, puis se dirigèrent vers le sud-ouest, c'est-à-dire vers le Spitzberg.

Un jour, sur le rivage de l'une des îles de l'archipel, Nansen et son compagnon eurent un accident qui aurait pu avoir pour eux des conséquences bien graves. Ils étaient à terre où ils étaient montés sur une colline de glace pour reconnaître leur chemin, quand tout-à-coup leurs canots se détachèrent du rivage et commencèrent à s'éloigner. Nansen se précipita, se jeta à l'eau et parvint en faisant des efforts inouïs à ramener à terre les deux fuyards. Mais le bain glacial qu'il vient de prendre le transit de froid. Une soupe chaude le réchauffa et pare aux suites fatales que l'accident aurait pu avoir pour lui.

Le 17 juin, presque un mois après leur départ, Nansen et Johansen ne sont encore qu'à la pointe sud-ouest de la Terre de François-Joseph. Tout-à-coup Nansen entend un bruit qui ressemble aux aboiements d'un chien. Il se met à marcher dans la direction d'où vient le bruit. Il entend de nouveau les aboiements, puis il croit discerner la voix d'un homme. Il finit par apercevoir un chien et plus loin une ombre avec une forme humaine. C'est Jackson, le chef d'une expédition anglaise chargée d'explorer la Terre de François-Joseph. Les Anglais ont passé l'hiver en cet endroit, c'est-à-dire au cap Flora. Un instant après, Nansen et Johansen sont dans leur cabane qu'ils trouvent fort bien aménagée. Ils sont désormais au bout de leurs peines et peuvent se remettre un peu de leurs longues privations.

Au lieu de courir au Spitzberg (ils sont à 400 kilomètres de la Terre du Roi Charles et à 800 kilomètres du cap Sud) ils prennent la résolution d'attendre le Windward, le vaisseau qui doit venir ravitailler les Anglais. Le Windward arrive et le 7 août Nansen et son compagnon s'y embarquent pour rentrer dans leur patrie. Le 13 août 1896, le Windward les dépose à Wardö, le port le plus septentrional de la Norvège, où ils ont passé le 21 juillet 1893, trois années auparavant.

Aussitôt le télégraphe annonçait à la Norvège et au monde entier le retour de deux des membres de l'expédition norvégienne au pôle nord. Mais le Fram, qu'était-il devenu? Le 20 août, 7 jours après son débarquement, Nansen était à Hammerfest, ville norvégienne située à quelque distance de Vardö. Là, il recevait un télégramme de Sverdrup qui lui annonçait l'arrivée du Fram à Vardö et lui disait d'aller l'attendre à Tromsø.

(A suivre.)

J. JECKER

curé à Moutier.

Le froid

Ses effets sur la santé.

Voici plusieurs jours qu'il fait froid, mais y a-t-il lieu de s'en plaindre? Assurément non; car, pour que tout marche régulièrement dans la nature, il faut qu'il fasse froid pendant l'hiver et qu'il fasse chaud pendant l'été. Toutes les fois qu'il y a trouble dans les saisons, toutes

les fois que celles-ci ne sont pas ce qu'elles doivent être, le trouble qui existe se fait sentir sur tout ce qui vit, et l'homme est le premier à en éprouver les tristes effets.

Ne nous plaignons donc point parce qu'il fait bien froid en ce moment, puisque c'est la saison. Félicitons-nous en, au contraire, nous tous qui jouissons d'une excellente santé. Le froid est, en effet, très salutaire, bien loin d'être nuisible; il suffit simplement de prendre les précautions nécessaires pour ne pas se refroidir et conserver la chaleur intérieure du corps, malgré l'abaissement de la température extérieure.

Il n'y a que les malades ou les personnes affaiblies par une des nombreuses maladies chroniques qui affligent l'humanité qui subissent une influence plus ou moins mauvaise de l'abaissement exagéré de la température.

Mais le froid, s'il est trop intense, peut aussi exercer une action funeste sur l'homme sain, si ce dernier se trouve dans des conditions qui ne lui permettent pas de réagir.

Voyons donc rapidement quelle est l'action de cet agent sur l'homme, qu'il soit en bonne santé ou malade.

Et d'abord, qu'est-ce que le froid?

Il est impossible de donner une définition du froid, car ce mot, pris dans son acception la plus générale, n'exprime jamais qu'une idée relative.

En somme, on ne peut dire que ceci: est froid tout ce qui est au-dessous de la température extérieure du corps.

Tel objet peut paraître froid à une personne qui a les mains très chaudes, et chaud à une autre qui a les mains très froides.

Les effets du froid sur l'économie sont remarquables; ils varient selon le degré d'intensité et selon l'espace de temps pendant lequel les organes restent exposés à une température trop basse.

Ces effets peuvent être locaux ou généraux, légers ou graves.

Les accidents locaux sont les engelures et la congélation. Les engelures constituent les accidents légers; la congélation constitue l'accident très grave, et elle est très souvent observée. Elle peut n'atteindre que les parties directement exposées au froid, ou les plus éloignées du cœur, comme le nez, les joues, les oreilles, les orteils, les bras, les jambes, et produire la gangrène.

Mais la congélation est encore plus grave lorsqu'elle agit sur tout l'organisme. En effet, le refroidissement général peut causer une mort si rapide que de jeunes militaires ont été trouvés morts après une heure d'exposition à un froid violent. La congélation rentre alors dans les effets généraux. Ces effets sont les suivants: la personne exposée à un froid intense éprouve une faiblesse générale qui augmente rapidement; la station devient impossible; la marche n'est pas sûre; un voile couvre les yeux du malade qui chancelle comme un homme ivre, et bientôt il tombe pour ne plus se relever, car il se trouve porté au sommeil d'une manière invincible par suite d'un engourdissement général.

Cette tendance au sommeil a été signalée par tous les observateurs, et surtout par le docteur Solander, l'un des compagnons du capitaine Cook. Surpris sur les rivages de la Terre-de-Feu avec dix autres hommes de l'équipage, il les conjurait, s'ils voulaient échapper à la mort, de triompher de ce pressant besoin de sommeil. « Quiconque s'assiera, disait-il, s'endormira, et quiconque s'endormira, ne se réveillera plus ». Et lui-même qui appréciait si bien le funeste effet du repos, se coucha sur la terre couverte de neige, en suppliant son ami Banks de le laisser dormir. Il fut sauvé parce qu'on le tira du sommeil au bout de cinq minutes,

mais plusieurs de ses compagnons succombèrent.

L'homme adulte peut résister souvent à un froid excessif ; mais, pour cela, il faut qu'il soit fort et robuste, que son moral ne soit pas altéré, qu'il soit bien nourri et qu'il ne soit pas astreint à des fatigues excessives. Malheureusement, toutes ces conditions sont absentes quand il s'agit des campagnes des armées, comme dans la fameuse retraite des Dix-Mille, les campagnes de Russie, de Crimée, etc., etc. Dans ces cas, le mouvement est absolument nécessaire : « Ceux de nos compagnons, dit Larrey qui a eu tant l'occasion de faire à ce sujet des observations précises, qui avaient contracté la bonne habitude de marcher étaient moins en danger ; l'exercice habituel prévenait l'engourdissement des membres, tandis que le froid saisissait les individus portés sur des chevaux ou des voitures, les jetait dans un état de torpeur et d'engourdissement paralytique ».

Mais le froid non suivi de réaction peut occasionner encore un très grand nombre de maladies, en apparence différentes, suivant les individus. Chez les uns, c'est un simple rhume de cerveau ; chez les autres, une bronchite, une pleurésie, une fluxion de poitrine, des rhumatismes musculaires ou articulaires, de la diarrhée, des coliques nerveuses, des coliques néphrétiques, hépatiques, de l'albuminurie, de l'hydroisie, des maladies de cœur, des accès de goutte, enfin des cas de méningite. Larrey a eu l'occasion, pendant la retraite de Russie, d'en constater beaucoup de cas : les malades étaient pris d'un délire violent et étaient emportés rapidement.

D'après ce que nous venons de dire on voit que si le froid est sain, hygiénique, il est la cause d'un très grand nombre de maladies plus ou moins sérieuses. Mais, pour les éviter, le remède est facile, puisqu'on n'a qu'à se bien couvrir, se bien nourrir, et se soigner rapidement dès le début, si, malgré toutes les précautions prises, un rhume, ou une engelure, ou toute autre maladie est survenue.

D^r H. VIGOUROUX.

Petite chronique domestique

L'hiver étant venu, et la bise aussi, parlons un peu de botanique médicale. Evoquez la saison des plantes et des fleurs, c'est comme une évocation riante de l'été, et cela sème de vert les effets de neige... Et d'abord

Le Persil. — Cette plante cultivée dans tous les jardins potagers est employée dans l'alimentation de l'homme et de certains animaux ; on s'en sert aussi en médecine. Toutes ses parties sont utilisées : la racine, les feuilles et les semences.

Le persil possède une propriété assez singulière, celle de casser les verres. Un objet de verre, frotté de persil, casse. Il suffit même d'avoir tenu du persil pour briser un verre en le lavant immédiatement après.

Comme plante potagère, le persil, d'un parfum aromatique, d'un goût agréable, est un assaisonnement d'un grand usage en cuisine pour relever le goût des viandes et de la plupart des légumes. Il excite l'appétit et favorise la digestion. La racine peut s'ajouter dans plusieurs ragouts et donne fort bon goût à la soupe.

Depuis longtemps, le persil était employé en médecine, et un nouveau principe actif bien déterminé y ayant été découvert, de nouvelles expériences ont prouvé que cette plante méritait sa réputation.

Les piqûres d'insectes sont guéries promp-

tement en frottant la plaie avec du persil et en y appliquant la plante écrasée ou pilée. En cas de piqûres de guêpes dans la gorge, il faut mâcher du persil et se gargariser avec le liquide résultant de la mastication. En quelques minutes, la vive douleur et l'enflure disparaissent.

Les névralgies, les maux de dents, sont rapidement soulagés par l'emploi de ce remède aussi économique que facile à se procurer. Il faut broyer du persil bien frais, de manière à en extraire le jus, et mélanger celui-ci avec la même quantité d'alcool. De cette sorte de teinture, il faut mettre trois ou quatre gouttes dans l'oreille, s'en mouiller l'oreille même et ses alentours, arroser la joue, frotter les gencives, en un mot, poursuivre, par des imbibitions locales, la douleur partout où elle pourra se porter. Les feuilles de persil, employées seules ou broyées avec de l'eau-de-vie, font disparaître les contusions et ecchymoses.

Pour les rougeurs et boutons du visage, taches de rousseur, on fait avec succès des lotions ou frictions avec le jus du persil ou avec de l'eau dans laquelle on aura fait tremper du persil. — Dans le rhumatisme aigu, la décoction de racines, en tisane, produit de bons résultats.

Enfin, la graine, pulvérisée, détruit certains parasites du cuir chevelu.

* * *

Camomille. — Chacun connaît cette plante qui croit de préférence dans les lieux secs, sablonneux ; par la culture, on en double les fleurs, mais les propriétés en sont alors bien moins actives. Les fleurs de camomille, que l'on récolte pendant toute la belle saison, sont amères, toniques et stimulantes. Depuis un temps immémorial, elles sont employées en poudre, en décoction et surtout en infusion pour combattre les faiblesses d'estomac, le scorbut, la goutte, etc. En bains ou en compresses, l'infusion de camomille produit d'excellents effets toutes les fois qu'il y a inflammation. L'huile de camomille est aussi utilisée en frictions calmantes. H

* * *

Sauge. — La sauge des jardins ou sauge commune est une plante presque arborescente, à feuilles épaisses, comme chagrinées, douées d'une odeur aromatique spéciale et d'une saveur chaude, piquante et un peu amère, qu'elles conservent après la dessiccation. On s'en sert en médecine depuis des temps très reculés. C'est un stimulant aromatique, ayant des propriétés toniques et astringentes, utile dans les faiblesses d'estomac, sueurs nocturnes, catarrhes chroniques. On en fait un gargarisme utile dans les maux de gorge. On trouve du camphre dans l'huile essentielle que cette plante contient en assez grande quantité et dont l'emploi favorise la cicatrisation des blessures et des plaies suppurantes. Cette plante est aussi utilisée comme condiment et assaisonnement dans certaines préparations culinaires.

* * *

La suite à plus tard. Et terminons par un bon conseil à l'usage de ... rhume de cerveau. Je le tiens d'un vieux curé.

L'hiver est propice aux incommodités de ce genre : l'été n'en est même pas exempt, car tout le monde sait qu'à certaines époques de l'année l'odeur et la poussière des foins peuvent provoquer un rhume de cerveau violent, accompagné d'accès fébriles. Voici un petit remède fort simple :

acétate de morphine, 3 centigrammes.
eau commune, 30 grammes,

C'est une solution absolument inoffensive et qui ne saurait provoquer aucun accident, même si, par mégarde, on l'absorbait tout entière d'un seul coup. Mais il ne s'agit pas de cela. Il suffit d'en verser un peu dans le creux de la main, et de renifler ensuite fortement de manière à faire pénétrer le liquide aussi loin que possible dans les fosses nasales.

On répète cette petite opération de demi-heure en demi-heure, jusqu'à complet soulagement. Ce remède constitue en toute saison un spécifique certain contre le rhume de cerveau, surtout s'il est pris au début. Il est basé sur la propriété que possèdent les sels d'opium d'arrêter les sécrétions. Or, ici, il s'agit bien d'arrêter une sécrétion exagérée qui, à certains moments, menace de prendre les caractères d'une véritable inondation.

On a prescrit contre le rhume de cerveau une foule de remèdes qui n'ont guère donné de résultats. Mais si l'on songe quelle est souvent le point de départ d'affections autrement graves, l'on sera reconnaissant à mon vieux curé du procédé à la fois inoffensif et d'effet sûr qu'il vous indique ici — gratuitement — par mon intermédiaire.

Récréations du dimanche

Solutions aux questions posées dans le N° 100 du *Pays du Dimanche* :

392. CHARADE.

Fougueux.

393. LETTRES INCONNUES.

<i>Nevers.</i> — SEVERIN.	I
<i>Egorge.</i> — GEORGES.	S
<i>Silex.</i> — ALEXIS.	A
<i>Nître.</i> — BERTIN.	B
<i>Gers.</i> — SERGE.	E
<i>Noé.</i> — LÉON.	L
<i>Fixe.</i> — FÉLIX.	L
<i>Ducal.</i> — CLAUDE.	E

394. MOTS EN LOSANGE.

V
C E T
C O R O T
C O L O N I E
V E R O N I Q U E
T O N I Q U E
T I Q U E
E U E
E

395. ANAGRAMME.

Cirque. Créqui.

Ont envoyé des *Solutions partielles* MM.
M^{lle} A. Froidevaux à Saignelégier ; Eureka à Bienne ; Myosotis à Chaux-de-Fonds ; Le Philosophe à St-Imier ; Marguerite d'Anjou à Delémont ; Isabelle de Castille à Porrentruy ; Etvariza à Porrentruy.

400. CHARADE.

Mon *un* a son importance,
Par lui, tu manges ton pain ;
Mais te préserve la chance
De remporter cela, si tu vises au gain.
Mon *deux* se trouve en solfège,
Et du *tout* quoique petit,
T'apprend l'agile manège
D'en faire aussi ton profit.