

La Provence Médicale

31^{me} ANNÉE — N° 8 — OCTOBRE 1963

MENSUEL, le N° : 1 F. — Abonn. France : 10 F. — Etranger : 12 F.

PATRONAGE SCIENTIFIQUE

Le doyen : G. Morin

P^r Audier, P^r Blanc, P^r Giraud, P^r Jouve, P^r Jean Olmer, P^r Poinso, P^r M. Recordier, P^r Vague
Professeurs de cliniques médicales à la Faculté

Battesti, P^r Bernard, P^r ag. Berthier, P^r Brahic, Buisson, P^r ag. Carcassonne, P^r ag. Casanova, P^r Charpin, P^r ag. Coignet,
Dumon, P^r ag. Gascard, Gaston, P^r ag. Gérard, E. Hawthorn, Isemein, P^r Mattei, A. Monges, P^r Henri Monges, P^r J. Monges,
P^r ag. Mongin, P^r P. Mouren, P^r A. Orsini, Petit, P^r Piéri, P^r ag. Sarles, Serradimigni, Serratrice, P^r ag. Simonin, Taranger,
Turries
Médecins des Hôpitaux

Réd. en chef : Professeur ANTOINE RAYBAUD, 40, rue de la République, Marseille (1^{er})

Administration : Dr Edmond LOUCHET, 28, rue Frédéric-Chevillon, Marseille (1^{er}).

Sommaire

Ph. HIELY : Considérations psychologiques sur un hiver-
nage en Terre Adélie 259

M. WAHL et J. PRUDHOMME : Infiltrations des membres
inférieurs et angors pectoris traités par un complexe
ferroso-ascorbique 269

Sociétés savantes : Société médicale des hôpitaux de
Marseille (*Séances du 26 Mars, du 30 Avril, 7 Mai et*
14 Mai 1963) 281

Revue des livres 283

ASTHÉNIE, CONVALESCENCES, SURMENAGE
CARENCES PHOSPHORÉES

SEROGLOBINE

Remboursée S.S. LABORATOIRES DE LA SEROGLOBINE - AVIGNON " P. CLASSE 4 "

PREFAGYL

Comprimé dose effervescent

P. cl. 2

S'ADRESSE A LA PATHOLOGIE GASTRIQUE FONCTIONNELLE

Laboratoires U.P.S.A. - AGEN (L.-et-G.) — GENNEVILLIERS (Seine) 157, Avenue des Grésillons.

ultra-levure

gélules ou
ampoules buvables

- Prophylaxie et traitement
des accidents des antibiotiques
- Affections intestinales

Gélules "Lyophilisée" : Saccharomyces Boulardii 17 - 1 milliard de germes
vivants par gélule. Flacon de 20 P. Cl. 9 - Remb. S.S. Ingérer 1
à 4 gélules par jour.

Ampoules buvables : Saccharomyces Boulardii 17 vivants - 300 à 400
millions de cellules de levure par ampoule.
12 Amp. - P. Cl. 4 - 30 Amp. - P. Cl. 8
Remboursé S.S. et Collectivités. Ingérer 2 à 6 ampoules par jour.

Laboratoires BIOCODEX S.A.
35, rue du Moulin-de-la-Vierge - PARIS XIV^e - Tél. VIC. 33-00

La Provence Médicale

CONSIDERATIONS PSYCHOLOGIQUES SUR UN HIVERNAGE EN TERRE ADELIE

par le Docteur Philippe HÉLY

Depuis 1947, date de leur création, les Expéditions Polaires Françaises (Missions Paul-Emile Victor) ont organisé plusieurs expéditions, tant au Groenland qu'en Terre Adélie et nous avons participé comme médecin à la douzième d'entre elles, partie du Havre le 23 octobre 1961 et rentrée en France le 23 mars 1963.

La Presse, le Cinéma et la Télévision ont suffisamment popularisé ces sortes d'entreprises pour qu'il soit facile aujourd'hui d'avoir une idée assez précise sur la façon dont elles sont conduites. On se représente moins bien ce que peuvent être les réactions des hommes, au cours des treize mois d'une réclusion, volontaire certes, mais impitoyable de par ses conditions particulièrement hostiles.

Ces conditions, que nous allons préciser, ne sont pas sans entraîner des réactions psychiques bien connues à présent, mais dont la résultante varie avec chaque individu et comme un groupe polaire se compose d'une vingtaine de personnes seulement, son climat psychologique pourra en être modifié, permettant de dire après coup si telle expédition a été fructueuse ou non, car le rendement d'une expédition dépend de la bonne entente qui y règne.

I. - LES CONDITIONS DE VIE :

Le continent Antarctique, grand comme une fois et demie l'Europe, est grossièrement circonscrit par le cercle polaire. La Terre Adélie, qui n'en est qu'une infime partie, se présente comme un immense triangle aux limites conventionnelles, de 2.500 kilomètres de hauteur dont la pointe atteint au Pôle Sud tandis que la base en est représentée par une côte de 240 kilomètres de long seulement. Cette côte inhospitalière, formée de falaises de glace abruptes de 20 à 30 mètres de hauteur, ne comporte que de très rares affleurements rocheux sur l'un desquels a été construite la base française - Station Dumont-D'Urville.

Cette façade côtière, située à 6 jours de mer du port le plus proche, Hobart, est accessible un mois ou deux par an, selon les années, par des navires spécialement équipés pour la navigation dans les glaces et il n'existe aucune surface convenable où pourrait atterrir un avion dont le rayon d'action corresponde à la distance de la base la plus proche.

Une fois la mer gelée, il n'y a donc plus aucune possibilité d'évacuation et les hommes se savent condamnés à vivre pendant un an dans ce monde de glace.

Le climat de Terre Adélie est probablement le pire du globe. Ce n'est pas qu'il y fasse très froid, puisque le thermomètre descend rarement au-dessous de -33° , ce qui est peu en comparaison des -80° et -90° enregistrés dans le centre du plateau, mais les vents y règnent de façon constante (300 jours par an en moyenne) et si l'on se défend assez bien du froid par temps calme, il est pratiquement impossible de sortir par grand vent. Or, des vitesses de 150 à 200 kilomètres-heure sont là-bas chose normale et nous avons même enregistré 252 kilomètres-heure en juin 62. Ces vents soulèvent la neige et la font tourbillonner, supprimant toute visibilité et augmentant formidablement le pouvoir de refroidissement. Les expériences du Docteur J. SAPIN-JALOUSTRE ont montré que dans l'air calme, en convection naturelle, il n'y a pas, même à moins 180° , d'ambiance équivalente à un grand blizzard de Terre Adélie.

Or, ces tempêtes sont parfois soudaines, atteignant en quelques minutes une violence inouïe. L'homme surpris, même à courte distance de la base, serait irrémédiablement perdu. Cela entraîne tout un luxe de précautions et restreint à un rayon de quelques centaines de mètres les rares sorties permises par un temps calme. Encore est-il interdit de sortir seul et sans avoir prévu de son itinéraire.

Enfin, pendant quatre mois de l'année, la nuit polaire va restreindre encore les heures de sortie et celles-ci se dérouleront alors dans une clarté blafarde et funèbre, plus éprouvante pour les nerfs qu'une nuit franche.

Aussi la majorité du temps se passera-t-elle à l'intérieur de la base où les hommes seront en contact quasi-permanent pendant de longs mois.

Elle est relativement confortable cette base avec ses chambres pour un ou pour deux qui permettent, malgré tout, un certain isolement, mais elle présente l'inconvénient de réunir en un seul bâtiment les chambres, la salle de séjour et certains locaux de travail. Il en résulte

une impossibilité pratique de se livrer à une activité bruyante ou écouter de la musique sans gêner celui qui travaille ou se repose après une garde de nuit.

Quant aux distractions, elles n'abondent guère : cinéma une fois par semaine, mais nous ne possédions que... 7 films. La T.S.F. ne nous apportait guère de secours, les postes australiens eux-mêmes étant pratiquement inaudibles. La R.T.F. avait l'amabilité d'organiser pour nous une émission hebdomadaire de nouvelles et musique. Cette bande était envoyée en Australie pour y être diffusée, mais nous la recevions fort mal et avec beaucoup de retard. Enfin nous pouvions envoyer et recevoir de nos familles des télégrammes de 50 mots chaque semaine.

Voici, rapidement esquissé, le cadre dans lequel se déroule une expédition antarctique. L'isolement, le climat, les servitudes de la cohabitation, certaines privations ne vont pas manquer de retentir plus ou moins rapidement sur le psychisme des individus.

II. - LES RÉACTIONS PSYCHIQUES A CES CONDITIONS DE VIE :

L'isolement, d'abord. Dans l'Antarctique, l'homme se sent rayé du nombre des vivants. Nulle coupure ne pourrait être plus brutale et, pour lui, la civilisation appartient au passé. Bien sûr, il sait qu'il la retrouvera un jour mais, pour le moment, des réalités redoutables restent à vaincre et cela seul compte. Aussi se désintéresse-t-il des nouvelles. Un soir, pas un seul d'entre nous ne pense que c'est l'heure de l'émission de la R.T.F., retransmise pour nous par l'Australie et je ne pus m'empêcher de songer qu'en France, on devait nous imaginer penchés anxieusement sur un récepteur. Nous avions oublié, tout simplement. De grands événements comme la fin de la guerre d'Algérie éveillèrent bien quelques vagues échos, mais on en parla avec moins de passion que du suicide de Marilyn Monroe. C'est d'ailleurs tout ce dont je me souviens de cette année 1962. Mais au fait, y a-t-il en des choses tellement plus importantes ?

Les télégrammes de la famille ou des amis ne rompent guère cette impression d'abandon. Pas de télégramme, cette semaine ? On nous oublie déjà ; nous voilà davantage retranché des vivants. Un télégramme rassurant ? C'est bien. Cinq minutes après, nous n'y pensons plus. De toute façon, on nous aurait caché quelque chose de grave.

Ainsi, jour après jour, l'homme se trouve davantage seul avec lui-même sans dérivatif plus ou moins artificiel, sans tendresse, sans secours aucun.

Le climat, maintenant. Beaucoup d'auteurs ont insisté sur les effets démoralisateurs du froid et du vent. L'homme renonce devant des éléments si puissants. Franchir un sas correspond souvent à une différence de 60°. Les vêtements polaires protègent, mais ils sont lourds à porter et la marche en terrain accidenté et glissant épuise vite. Le moindre effort essouffle, peut-être à cause de la détente de l'air froid dans les poumons où elle atteindrait un quart du volume de chaque inspira-

tion — pour une température de -30°, d'après le physicien de l'équipe.

Mais la grande épreuve pour le système nerveux, c'est la nuit polaire. « Celui qui n'a pas hiverné, écrivait PEARY, le vainqueur du Pôle Nord, ne peut s'imaginer l'épreuve que représente la nuit polaire. Se lever à la maigre lueur d'une lampe, se coucher à cette même lueur et avoir vécu une journée de sa vie à cette même lumière et cela pendant des jours, pendant des semaines, pendant des mois. »

C'est la période où l'activité extérieure collective est pratiquement suspendue et l'activité professionnelle de chacun fort réduite. L'absence de soleil, de végétation, de promenade pèse chaque jour davantage et un regard par la vitre, à condition qu'elle ne soit pas sous la neige, ne révèle qu'un paysage lugubre et glacé où le vent hurle en faisant tourbillonner la neige. On comprend alors la plainte de SCOTT : « Mon Dieu, Mon Dieu, Quel lieu épouvantable... »

Chaque homme éprouvera ce désarroi mais à des degrés différents. Les uns attendent patiemment le retour du soleil en bricolant de leur mieux. D'autres sont en proie à la mélancolie et se demandent « pourquoi ils sont partis ». Les scientifiques connaissent des moments de découragement devant un matériel défectueux et impossible à réparer, des résultats qui ne correspondent pas à leurs espoirs. Ceux qui cherchaient l'aventure espéraient quelque chose de plus exaltant que cette claustration dans une baraque perdue. D'autres, partis pour un salaire meilleur, réalisent que les dépenses familiales (qui s'adaptent remarquablement vite aux nouveaux revenus) amputeront considérablement les bénéfices espérés qu'ils comptaient utiliser dans l'achat d'un appartement ou d'un commerce. Enfin ceux qui ont fui la civilisation, une situation familiale ou matrimoniale difficile s'aperçoivent, au terme d'une prise de conscience plus ou moins aisée, qu'on ne se fuit pas soi-même et que l'éloignement majore leurs problèmes en les empêchant d'agir et de se défendre.

Ce regret d'être parti se traduit par un aigrissement des caractères et, sur le plan physique, par une infinité de petits malaises.

Quelques rares individus cependant ne paraissent pas souffrir du tout. Véritables « Homo Polaris », ils sont là dans leur élément, vieux célibataires endurcis, reportant leur affection sur un animal ou leur travail, n'attendant rien des hommes, contempteurs de la civilisation, mais toujours prêts à rendre service. Ceux-là retourneront.

Ainsi, l'influence du climat, bien que ressentie par tous, se manifestera différemment. On pourrait penser que dans ces conditions, les hommes vont chercher à se distraire par des activités collectives telles que le jeu. En fait, pour des raisons que nous exposerons plus bas, il n'en est rien et la cohabitation n'apporte guère d'avantages.

Cette cohabitation dont nous allons parler maintenant pose des problèmes évidents. Chacun sait à quel point la vie d'un groupe humain privé de relations avec l'exté-

rieur et replié sur lui-même peut engendrer peu à peu d'irritation entre ses membres. Il s'ensuivra une exaspération croissante pouvant aller jusqu'à la perte du contrôle de soi et cet état sera provoqué par une répétition de gestes, d'expressions, d'habitudes devenues à la longue manies insupportables de la part d'interlocuteurs, de compagnons toujours les mêmes auxquels l'espace disponible ne permet guère d'échapper. L'isolement monacal en cellules, loin de rendre la claustration plus pénible, est un acte de sagesse.

Cependant, je dois dire que dans notre expédition je n'ai rien rencontré de tel et en aucun cas, les antipathies inévitables ne se manifestèrent de façon ouverte. Les rapports furent toujours bons et les paroles aigres-douces rares. Jamais je n'ai entendu une injure. Il résulte des documents que j'ai compulsés qu'il ne s'agit pas là d'un fait unique dans l'histoire des expéditions. Pourtant, certains ne purent éviter cet écueil et la dysharmonie y fut évidente. L'hivernage d'AMUNDSEN sur le bateau « *La Giolia* » en est un exemple : pendant un an, AMUNDSEN refusa de parler à ses compagnons. D'autres fois, on vit un chef d'expédition et son second communiquer pendant des mois par l'intermédiaire de notes dactylographiées. On conçoit que l'atmosphère de pareils groupes devienne vite invivable.

Mais, je le répète, l'exemple de notre expédition et d'autres encore prouvent que cette évolution n'est pas obligatoire, contrairement à ce que l'on pourrait supposer d'après d'autres collectivités et, de cela, nous aurons l'explication plus loin.

Cette cohabitation est-elle, par contre, facteur d'enrichissement grâce à d'intéressantes conversations, de fructueux échanges de points de vue ? Je serais beaucoup moins affirmatif. Sortis de leur métier et d'un violon d'Ingres, la plupart des hommes sont d'une pauvreté affligeante dans leurs connaissances et dans leurs opinions, ou plus exactement peut-être dans leur façon de les exprimer. Les discussions sur la politique n'eurent guère de succès, car il y a bien longtemps que les Français n'y croient plus tellement et puis tout cela était si loin. L'animation montait dans les discussions religieuses et j'ai toujours été étonné de la fougue anticléricale de certains, mais le ton restait courtois, peut-être par désir plus ou moins conscient de ne pas vexer un camarade avec lequel on devait vivre en permanence. D'ailleurs, ces discussions s'épuisèrent vite et hormis quelques bénignes divergences sur l'art d'appâter la truite ou les mérites comparés de tels joueurs de football, les conversations manquaient d'enthousiasme. Des silences de plus en plus longs punctuaient nos repas et je me souviens d'en avoir terminé plus d'un sans avoir dit un seul mot.

Les privations. — Elles sont multiples, mais d'importance inégale dans leur retentissement psychique. Nous ne reviendrons pas sur la privation de lumière dont nous avons vu le rôle capital. Le manque d'exercice physique en est un corollaire. Paradoxalement, c'est en se dépensant qu'on lutte contre la fatigue et tous les observateurs ont remarqué que l'asthénie physique et psychique pro-

gressait avec la venue de la nuit polaire et la restriction de l'activité.

La monotonie de la nourriture, une hygiène moins stricte paraissent, par contre, de peu d'importance.

Il est plus difficile de se prononcer sur l'influence de la privation d'une ambiance familiale. Par une sorte de pudeur, il est peu parlé des enfants et encore moins des épouses. Aussi est-il difficile de savoir si les hommes souffrent vraiment d'être séparés de leur foyer. A notre avis, cela ne semble pas avoir de retentissement bien profond, du moins dans la majorité des cas.

Et les femmes, alors. Comment faisiez-vous pour vous en passer ? nous demande-t-on fréquemment. Eh bien, la privation sexuelle ne pose pas de grands problèmes. Je dirais même que c'est ce qui en pose le moins. Plus les conditions climatiques sont défavorables et moins le sevrage sexuel est pénible, car là aussi, d'autres impératifs immédiats le relèguent au second plan. Et puis, l'absence de femme supprime radicalement toute sollicitation. On pense bien parfois que ces êtres-là existent encore quelque part, mais c'est tellement loin et hors d'atteinte.

L'homosexualité acquise, plaisanterie classique, n'est qu'exceptionnellement rencontrée. On en cite un cas, lors d'une expédition américaine où elle prit une forme sublimée et se termina par un suicide. Par contre, l'onanisme paraît assez répandu, bien qu'il soit difficile d'avoir des confidences à ce sujet, sauf de la part de quelques joyeux gaillards, aux plaisanteries rabelaisiennes. L'un d'eux avait découvert une vertu soporifique à ce genre d'exercice et affirmait le pratiquer, en toute simplicité, lorsqu'il souffrait d'insomnies.

Il est cependant préférable d'éviter toute provocation. La bibliothèque est soigneusement expurgée et on y chercherait en vain un ouvrage licencieux ou même léger. L'affichage des nus féminins reste très rare chez les Français et répudié par les sujets les plus évolués. Seuls les plus frustes qui confondent désir et assouvissement s'entourent de pin-ups plus ou moins dévêtues. Cette sorte d'affichage était très rare dans notre expédition.

De même, les conversations restent fort pudiques si on excepte la traditionnelle gauloiserie qui n'est pas précisément érotique. Un certain parti-pris de misogynie un peu outré s'affiche volontiers.

En somme, la privation de femme est un problème mineur et même au retour dans la civilisation, les hommes ne manifestent pas l'enthousiasme auquel on s'attendrait à la vue d'un jupon. Il est assez piquant de comparer les ennuis et pertes de temps entraînés par la libido et la facilité avec laquelle on pourrait les éviter... avec un peu de sagesse.

III. - LA RÉSUÉTANTE DE CES RÉACTIONS PSYCHQUES : LA FATIGUE POLAIRE.

Nous venons de passer en revue les conditions de vie particulières à un hivernage dans l'Antarctique et leurs réactions sur le psychisme des individus. Il est facile

de prévoir qu'elles ne manqueront pas d'éveiller une résonnance plus ou moins profonde qui sera fonction du psychisme antérieur de l'individu, composant un véritable syndrome mental d'hivernage avec ses formes cliniques plus ou moins pathologiques. Ce syndrome mental peut être appelé du terme assez vague de fatigue polaire, car il s'agit bien avant tout d'une lassitude physique et psychique d'où découlera le comportement du sujet avec ses camarades.

a) *La fatigue physique.* — L'hivernant éprouve de plus en plus de difficulté à accomplir des efforts qu'il effectuait auparavant sans aucune peine. Certains en arrivent à appréhender un labeur dérisoire et on s'étonne en voyant de véritables athlètes attermer devant une besogne pourtant banale. Tous les ouvrages, médicaux ou non, traitant des questions polaires, insistent sur cette asthénie. Pourtant, à notre avis, celle-ci n'est qu'un aspect du fléchissement psychique. Il faut considérer, en effet, qu'à l'époque héroïque, SCOTT, AMUNDSEN, SHACKLETON et leurs compagnons, après un hivernage, avaient encore suffisamment de ressources physiques pour marcher jusqu'au pôle ou réaliser des exploits à peine croyables. C'est que, eux, ils possédaient l'enthousiasme. Peu ou pas rémunérés, la réalisation d'un projet mûri pendant des années, l'accomplissement de leur personnalité, la recherche de la gloire étaient des ressorts assez puissants pour leur permettre de mener à bien de surhumaines entreprises. Le polaire actuel est un salarié accomplissant « courageusement sa longue et lourde tâche » avec une grande conscience, certes, mais sachant bien que jamais les enfants n'apprendront son nom dans les livres. Il n'a pas d'ambition grandiose ; aucun idéal ne lui sert plus d'étoile du berger et son âme, manquant de ressources pour contrebalancer les agressions étudiées plus haut, trahira doucement son corps.

b) *La fatigue psychique.* — Le travail intellectuel suivra la courbe des possibilités physiques et déclinera

doucement. L'Amiral R. BIRD raconte dans son livre « Alone », que c'est avant tout pour trouver un répit dans la vie trépidante qui était la sienne qu'il avait pris la décision d'hiverner, solitaire, à la base avancée de Little America. Il aspirait intensément à une longue retraite au cours de laquelle il pourrait lire et méditer, choses que les contraintes de la vie moderne lui interdisaient. Mais il avoue en fin de compte qu'il fut loin de réaliser ce programme, la fatigue polaire ne l'ayant pas épargné.

C'est qu'en effet, très rapidement, un cerveau qui n'a de ressources que dans la lecture et la réflexion, sans divertissements et surtout sans le stimulant qui vient de la confrontation de ses pensées avec celles d'autrui, se détourne de la tâche qu'il s'est assignée et la trouve rebutante. C'est ce que résume la pensée de TEILHARD DE CHARDIN : « Isolé, l'homme ne pense plus et ne progresse plus ». Si la vie moderne, de par ses exigences est indiscutablement préjudiciable en demandant trop des fonctions cérébrales, l'isolement total est un mal bien pire encore.

Je l'ai vérifié maintes fois et pourrais en citer des exemples multiples. C'est ainsi qu'au début, un petit groupe avait décidé d'apprendre l'anglais ; leur zèle a persisté deux mois. Les lectures, même chez des sujets cultivés, évoluèrent de façon significative en diminuant de qualité pour en arriver aux illustrés type « Tintin et Milou ». Les jeux de cartes connurent la même disgrâce. La prolétarienne belote, elle-même, ne retint que quatre semaines ses sectateurs. Quant au bridge, alors que les parties se disputaient tard dans la nuit au cours du voyage d'aller, elles devinrent de plus en plus rares pendant l'hivernage pour cesser définitivement au bout de quelques mois et pendant les huit semaines que dure le voyage de retour, j'arrivais à grand peine à organiser deux parties. Devant le peu d'enthousiasme de mes partenaires qui n'acceptaient visiblement que pour m'être agréable, je ne renouvelai pas mes tentatives. J'avoue



COLLOÏDO-BISMUTH

Richard

PANSEMENT PARFAIT des LÉSIONS du TD
ULCÈRES GASTRIQUES et DUODÉNAUX - COLITES

3 à 6 cuill. à café par jour · Ne gêne pas la digestion · Ne constipe pas

Composition :

Carbonate de Bismuth	75 g.
Gallate de Bismuth	5 g.
Alumine Colloïdale	5 g.
Trisilicate de Mg	15 g.

avoir eu moi-même beaucoup de difficultés les derniers mois pour effectuer le travail que je m'étais fixé et avoir soupiré plus d'une fois en ouvrant un livre.

c) *Comportement avec autrui.* — On peut le deviner d'après ce qui précède. Au début, beaucoup essayent d'imposer leur personnalité, leurs idées ou leurs goûts. Puis, un certain état de tolérance fait suite à cette première période de réaction, favorisé par le désir plus ou moins conscient de ne pas déplaire à un camarade d'expédition. Cet état s'accroît au cours des mois, aboutissant à une passivité qui persistera jusqu'à la fin de l'hivernage. L'homme se suffira de son monde intérieur et il terminera l'année dans un état d'indifférence réactionnelle derrière lequel se dissimulera souvent une vulnérabilité affective dont témoigne le nombre important de mariages suivant les retours d'expédition (RIVOLIER).

Asthénie physique, fatigue psychique, tolérance dans les rapports avec autrui, tel est dans l'ensemble le syndrome mental de l'hivernant, en somme placé sous le signe du renoncement. Parfois l'état mental du sujet évoluera défavorablement et différentes tendances pourront se greffer sur cette passivité. On pourra voir se dessiner alors des états plus ou moins pathologiques. Deux de ces états méritent quelques mots.

Dans le premier, l'évolution se fera vers la psychasthénie obsessionnelle, le sujet revivant sans cesse des situations pénibles ayant motivé son départ et dans lesquelles il n'a pas réagi comme il l'aurait voulu et qu'il ne peut plus corriger maintenant qu'il est coupé du reste du monde. Chaque matin lui ramènera les mêmes images que la veille et il les développera pendant des jours, cette obsession étant renforcée par une notion d'auto-responsabilité, le sujet ayant volontairement choisi sa situation. Ce processus mental sera encore aggravé par le silence gardé par le sujet, silence fait de pudeur et d'opposition envers le groupe.

Dans le second cas, le trouble prendra une allure paranoïaque. Il s'agit alors d'une tendance interprétative, soupçonnant une mauvaise intention dans le geste le plus anodin. L'individu contrôle les gestes de ses cama-

rades et leur attribue une importance anormale, puisant en eux des éléments nouveaux, propres à nourrir son opposition. Ce n'est plus une simple controverse intérieure mais une cristallisation agressive pourra se développer contre tel ou tel camarade. Tout cela, bien entendu, plus ou moins grave.

Dans la majorité des cas, ces troubles ne se manifesteront que sous une forme mineure et il n'y aura pas de révélation du pathologique. Pourtant le syndrome peut se manifester brutalement sous forme d'accès que rien ne faisait prévoir. L'accès revêtira soit l'allure pseudo-maniaque avec excitation psychomotrice et fuite des idées, soit beaucoup plus souvent l'allure d'une dépression de type schizoïde avec indifférence au monde extérieur et asthénie motrice. Dans ces deux cas extrêmes, le sujet a atteint le paroxysme de son trouble et on peut craindre des gestes offensifs envers lui-même ou les autres.

IV. - ATMOSPHÈRE PSYCHIQUE DU GROUPE :

Les manifestations que nous venons d'étudier en dernier lieu restent exceptionnelles et d'après ce que nous avons dit du syndrome mental d'hivernage, il est facile maintenant de se faire une idée de ce qu'est généralement l'atmosphère d'une expédition polaire. Celle-ci sera faite de tolérance sinon toujours de compréhension contrairement à ce que l'on pense parfois. Certains s'imaginent en effet que la vie en communauté devient rapidement odieuse. C'est rarement le cas au pôle, en raison précisément de cette asthénie polaire et de la lutte contre les rigueurs du climat qui nécessite l'union de tous.

D'autres, par contre, nous disent parfois : « Vous avez dû vous faire là-bas de belles amitiés ». Pourquoi en serait-il ainsi ? Que le lecteur veuille bien faire le décompte de ceux pour lesquels il se sent une amitié réelle et sur lesquels il est absolument sûr de pouvoir compter en toutes circonstances, en un mot de ses amis, de ses vrais amis. Si les doigts de votre dextre n'y suffisent pas, vous êtes un homme exceptionnel... ou un naïf. Il serait vraiment curieux que sur le petit nombre de parti-

**SOINS PODOLOGIQUES PAR PEDICURES AGREES
SEMELLES ORTHOPEDIQUES SUR MESURES
d'après empreintes**

TOUS ACCESSOIRES pour le confort des pieds

PHARMACIE BRACHAT-BEL

MARSEILLE (1^{er})
Téléphone : 20.38.16

29, Rue Longue-des-Capucins, 29
(angle rue Poids-de-la-Farine, 27)

cipants à une expédition, il se puisse trouver ce que toute une existence ne nous apporte que rarement.

Il n'en reste pas moins que les hommes des expéditions polaires ont un certain air de famille. A peu près tous sont des gens sérieux que l'on ne peut qu'estimer. En somme, nous comparerions assez volontiers un hivernage à un groupe de gens bien élevés que le hasard réunit dans une cabine pour une longue traversée. Puisqu'ils sont appelés à faire route ensemble, autant que ce soit le plus confortablement possible. Et puis, une fois arrivé, ma fois, si le hasard les remet en présence, c'est avec grand plaisir qu'ils bavarderont. Il nous fut demandé lors du voyage de retour, avant de nous séparer, d'inscrire notre adresse sur une grande feuille afin que nous puissions correspondre. Trois d'entre nous seulement dont moi-même, le firent.

CONCLUSION.

J'ai essayé tout au long de ces lignes de donner

un tableau le plus exact possible de ce qu'étaient l'existence et les problèmes psychologiques d'une expédition dans les régions polaires, particulièrement au cours d'un hivernage. Afin de serrer la vérité de plus près, j'ai consulté les notes de quelques-uns de mes prédécesseurs, en particulier, de G. ROUILLON : « Réflexions sur un hivernage », du Dr J. RIVOLIER : « Eléments de psychologie d'hivernage » et du Dr Cl. NÈGRE : « La fatigue en région polaire ».

Malgré ces précautions, je ne suis pas certain d'avoir réussi parfaitement car rien ne se prête moins à une description précise que des phénomènes psychiques, et il est certain que chaque expédition a une personnalité qui lui est propre et qui dépend de son chef, de son médecin, de la façon plus ou moins heureuse avec laquelle ont réagi ses participants. Mais ce que je peux dire avec certitude c'est que tous ceux de mon expédition étaient des gens remarquables et que c'est bien volontiers que je repartirais avec eux là-bas si un jour se faisait trop forte la nostalgie de ces terres glacées.

**INCONFORT ET
FATIGUE DE LA
MÉNOPAUSE**

TRICESTRINE-RETARD-THÉRAMEX