

HYGIÈNE

Le tabac—la cigarette

Monsieur le Directeur,

Je vous offre aujourd'hui une petite causerie sur le tabac et la cigarette. Cette question intéressera sans doute nos bienveillants lecteurs. On a beaucoup discuté sur la nocuité du tabac.

La Revue d'Hygiène nous donne le rapport de la Société de Médecine, de Paris, qui a fait le procès du tabac, à sa session de novembre 1903.

Le résultat de cette enquête est que: « le tabac est une plante vénéneuse, et les accidents qu'il cause sont plus fréquents et plus graves qu'on ne l'a cru pendant longtemps. »

—L'usage modéré de la pipe, chez l'adulte, n'est pas toujours incompatible avec une bonne santé et les plus hautes facultés de l'intelligence.—

Le docteur Rochard, membre de la Commission qui a fait une étude spéciale de cette plante, rapporte que si le tabac ne détruit pas l'intelligence, il altère souvent la santé. Les gens nerveux ne devraient jamais fumer. La fumée du tabac cause, dans certains cas, un trouble qui peut aller jusqu'à la perte de la vue.

L'habitude de fumer avant les repas gâte l'appétit qui est souvent remplacé par une anxiété épigastrique pénible, malaise qui ne disparaîtra qu'avec la cessation de l'usage du tabac.

Chez d'autres, l'habitude de fumer pendant la digestion causent des pyrosis (brûlements d'estomac) très désagréables qu'on ne peut traiter qu'en faisant disparaître la cause.

L'usage du tabac cause un tremblement particulier assez semblable au tremblement des vieillards et des alcooliques. Mais de tous les organes, celui qui est le plus profondément affecté par le tabac, c'est le cœur. Ces troubles se manifestent par des palpitations, des intermittences et, assez souvent, par de l'angine de poitrine.

Ces troubles de la circulation s'observent surtout chez les fumeurs de cigarettes. On devra donc interdire sévèrement l'usage du tabac aux enfants. L'usage même modéré de cette plante leur est absolument et toujours préjudiciable.

Le gouvernement a défendu, par une loi très sage, l'usage du tabac aux enfants de seize ans et au-dessous.

Sous l'empire de cette loi qui fonctionne depuis douze mois, on constate durant ce laps de temps, une diminution de trente millions dans la consommation des cigares et cigarettes.

Il est très désirable que l'on pousse activement à l'application de cette loi; il y a beaucoup trop de jeunes garçons qui fument des cigarettes. Si l'on voulait prendre notre modeste avis, on porterait à 18 ans, l'âge où il serait permis de s'intoxiquer avec la nicotine.

Nos dévoués instituteurs feraient une œuvre excellente, s'ils prohibaient entièrement l'usage du tabac autour d'eux.

J.-G. PARADIS.

Montmagny, octobre 1909.