

confrère plusieurs fois avant qu'il parte de Montréal. Un jour, j'apprends sa mort subite. On m'a assuré qu'il s'était remis à fumer les cigarettes comme avant.

OBSERVATION VIII.

Un de nos confrères d'apparence herculéenne, a été refusé par des compagnies d'assurances sur la vie, parce que son pouls présentait des irrégularités. Il me dit qu'il est sûr que ces irrégularités étaient dues au tabac dont il faisait un usage exagéré, dans le temps.

CONCLUSION.

De tous les organes c'est le coeur qui ressent le plus l'action nuisible du tabac.

Les fumeurs de cigarettes sont les plus exposés parce qu'ils respirent et emmagasinent la fumée dans leurs alvéoles pulmonaires.

Aussi est-ce chez eux qu'on observe le plus souvent l'angine de poitrine.

La suppression du tabac fait disparaître les accidents du tabagisme.

J'aurais pu citer des observations *ad nauseam*, mais j'en ai donné assez pour prouver l'influence pathologique du tabac chez ceux qui en abusent. Loin de condamner systématiquement la pipe, le cigare et la cigarette, j'admets que le tabac peut être utile. Le vin ne joue de mauvais tours qu'à ceux qui ne savent pas en user, qu'à ceux qui se grisent souvent.

PROPHYLAXIE DU NICOTINISME.

La nicotine du cigare ou de la cigarette sera atténuée par l'usage d'un fume-cigare ou d'un fume-cigarette long et neuf. De cette façon, les lèvres ne seront pas touchées par la nicotine. Celle-ci entraînée par la fumée sera absorbée par les parois poreuses du fume-cigare. Après un long usage, le fume-cigare devient éburné et n'absorbe plus de nicotine, il devra être rejeté. On devra se servir d'une pipe à long conduit. L'idéal de la pipe pour moi est le narguilé, parce que la fumée passe dans une eau parfumée, est pour ainsi dire lavée et la nicotine est neutralisée.