

LES FUMEURS.

Un savant, M. Flourens, a dit : " Avec nos mœurs, nos passions, nos misères, l'homme ne meurt pas, il se tue." Sans doute cette opinion est trop absolue dans la rigoureuse acception de ses termes ; mais il est impossible de ne pas reconnaître que, parmi les maladies qui affligent l'humanité, il y en a beaucoup qui sont le produit de ses œuvres, et que si l'homme était plus sage et plus prudent ; son existence serait plus longue et plus heureuse.

On ne peut nier que le tabac exerce une action puissante sur l'économie intellectuelle et corporelle de notre vie ; il a souvent les effets d'un poison ; or, comme l'usage s'en est introduit partout et qu'il a envahi toutes les classes et tous les âges, il ne sera pas inutile de ponner les principales observations qui ont été faites à ce sujet.

Introduit en France vers la fin du XV^e siècle, le tabac n'a d'abord été employé que sous façon de poudre qu'on appelait " poudre de la reine," et ce ne fut que timidement qu'on se mit à le fumer pendant le XVI^e siècle.

Un auteur de l'année 1622, après avoir parlé de l'utilité du tabac, ajoute : " Je n'entends parler à ceux avec lesquels abusant journellement et se consumant eux-mêmes avec le meilleur de leurs temps, dans les cabarets, après le tabac convertissent (vrais souffleurs de cendres qu'ils sont) leur cerveau, qui était dédié à être le domicile de leur raison et le trésor de toute science, en une cheminée et cloaque avec la profanation d'un médicament utile et profitable."

Qu'un homme ayant atteint l'apogée de sa taille, de ses forces et de sa constitution organique, qu'un individu en pleine possession de ses facultés physiques, intellectuelles et morales, use du tabac avec modération, qu'il ne fume qu'à l'air libre, qu'il évite le séjour prolongé d'une atmosphère chargée des émanations de la pipe et du cigare : il est probable qu'il pourra le faire sans inconvénient ; mais le danger deviendra certain pour les personnes trop jeunes, pour ceux qui demeurent longtemps dans les cafés ou dans ces sanctuaires aujourd'hui décorés du nom de *fumeurs*, où plusieurs fumeurs se réunissent au milieu d'un brouillard empesté.

Or, parmi les fumeurs, n'y en a-t-il pas un grand nombre qui ne prennent aucune précaution et qui se livrent sans modération à cette habitude, qui devient bientôt impérieuse et tyrannique !

La nature et les bornes de cet article ne nous permettent pas de rapporter avec quelques détails ni les opinions des nombreux médecins qui regardent le tabac comme cause des maladies les plus graves, ni les faits sur lesquels ils appuient ces opinions. Nous nous bornerons à citer quelques documents.

Nous passons sur l'haleine infecte des fumeurs, sur la malpropreté de leur bouche, sur la couleur de leurs dents, sur le gonflement et le ramollissement de leurs gencives, sur la perte du goût qu'ils subissent pour la plupart ; il est des phénomènes plus graves.

Le docteur Sichel, dont l'expérience n'est contestée par personne, dit qu'il a acquis la conviction que peu d'hommes consomment pendant longtemps plus de 20 grammes de tabac à fumer par jour sans que leur vision et souvent leur mémoire s'affaiblissent. Le docteur Joly, de l'Académie impériale de médecine, s'exprime ainsi après une enquête faite avec le plus grand soin : " Le jour où la France se mit à fumer, on peut dire qu'elle commença à s'empoisonner."

Le nombre des aliénés en France augmente d'une manière effrayante ; or voici une coïncidence digne d'être prise en considération.

En 1818, jusqu'en 1830, le produit du tabac était de 28 millions ; il y avait 8,000 aliénés.

En 1838, le produit était de 80 millions ; il y avait 10,000 aliénés.

En 1842, le produit était de 90 millions ; il y avait 15,000 aliénés.

En 1852, le produit était de 120 millions ; il y avait 22,000 aliénés.

En 1862, le produit était de 180 millions ; il y avait 44,000 aliénés.

Ces chiffres ne semblent-ils pas justifier l'opinion soutenue par de nombreux médecins que l'abus du tabac attaque le cerveau et affaiblit fréquemment les facultés intellectuelles ?

Dans le but d'étudier cette question, M. le docteur Bertillon s'est livré en 1855-1856 à une enquête qui a porté sur les élèves fumant et non fumant de l'École polytechnique, c'est-à-dire sur tous, sans autre distinction que l'usage du tabac, et il est arrivé à cette conclusion que le nombre des fumeurs s'accroît progressivement à mesure que le classement est plus défavorable ; d'une part nous trouvons que le rang moyen des 66 grands fumeurs est de 94. 5 à leur entrée à l'école, tandis qu'à l'examen de fin d'année leur rang moyen est de 98. 3 ; ils sont descendus de quatre numéros. D'autre part, les 60 non fumeurs ont pour rang moyen 71 à leur entrée ; ainsi ils ont déjà 23 places en avant des fumeurs, et de plus au bout de l'année scolaire ils ont gagné autant de terrain que les autres en ont perdu ; ils sortent avec le numéro moyen de 67. 7. Ainsi, après neuf mois de travail en commun, ils se trouvent de 30 places en avant des habitués de la nicotine.

Il résulte de ce rapide exposé que la jeunesse dont le développement intellectuel est si désirable, doit s'abstenir absolument du tabac. Inutile de parler des femmes : car, malgré quelques tentatives partielles, en France, elles ont le goût trop délicat pour contracter une habitude qui leur ferait perdre la plus grande partie de leurs charmes. Nos conseils ne s'adresseront qu'aux hommes faits.

De tous les tempéraments celui qui peut permettre avec le moins d'inconvénient l'usage du tabac à fumer est le tempérament lymphatique ; les tempéraments nerveux, bilieux, les constitutions sèches et délicates présentent au contraire les conditions les plus défavorables.

A tous nous disons :

Quelle habitude que vous ayez du tabac, n'en usez qu'avec la plus grande modération.

N'excédez jamais la dose qui vous est familière ; on a vu le moindre écart, dans ce sens, déterminer des accidents sérieux.

Fumez le tabac le moins âcre : sous ce rapport les tabacs du Levant, de la Havane et du Maryland parmi les produits étrangers, celui de l'Alsace parmi les tabacs indigènes, doivent être préférés.

Le tabac de la Havane contient 2 p. 000 de nic.	
Celui du Maryland.....	2 29
Celui de l'Alsace.....	3 31
Celui du Pas-de-Calais.....	4 96
Celui d'Ille-et-Vilaine.....	6 20
Celui de Virginie.....	6 87

Que votre tabac soit plutôt sec qu'humide. La nicotine, qui est sa partie active, se décompose à une température élevée, à une condition toutefois, c'est qu'elle ne soit pas mélangée à un corps volatil. Or l'eau, quand elle fait partie du tabac en combustion, et en dépose une partie dans la bouche, où elle se dissout dans la salive et lui communique ses qualités fâcheuses.

Il est prudent de ne pas fumer à jeun, ni trop tôt après le repas.

Fumez toujours à l'air libre, surtout quand vous venez de manger.

Soignez la toilette de votre bouche ; après avoir fumé, rincez votre bouche avec de l'eau fraîche aiguisée de quelques gouttes d'eau-de-vie, d'eau de Cologne ou de toute autre liqueur aromatique.

Des diverses manières de fumer en Europe, la cigarette paraît préférée ; cependant elle produit un dessèchement prononcé de la bouche et du gosier et développe le plus souvent le besoin de boire : les maîtres dans l'art de chanter le savent bien : à une cigarette, préférez, disent-ils, deux cigares ; à un cigare préférez deux pipes.

En fumant le cigare, on remarque qu'à partir d'un certain point le goût du cigare devient moins agréable ; cela vient de ce que la nicotine dégagée des premières couches mises en combustion se condense dans celles qui sont le plus rapprochées de la bouche. De cette remarque ce conseil :

Ne fumez que la moitié du cigare, ou du moins rejetez le cigare quand la combustion est assez avancée pour échauffer le bout qui est en rapport avec la bouche : il y a avantage à se servir d'un portecigare ; avec cet intermédiaire, la fumée a le temps de déposer quelque peu de ses principes actifs. Enfin ne rallumez jamais un cigare refroidi, il est plus âcre et fait saliver davantage.

En ce qui concerne l'usage de la pipe, il faut rejeter la pipe en terre à tube court, vulgairement appelée *brûle-gusule*. Avec elle tout le principe vénéreux du tabac arrive dans la bouche et s'y condense. C'est surtout parmi les fumeurs qui s'en servent qu'on rencontre le cancer de la bouche. La pipe la plus simple doit être garnie d'un ambout aplati d'ambre ou d'une autre manière peu conductrice du calorique.

Les fumeurs discutent sur la différence de qualité entre une pipe neuve et une pipe culotée. Voici ce que l'expérience enseigne à cet égard :

Le tabac offre moins de danger quand la fumée passe par une pipe neuve, parce que la terre poreuse et absorbante dont elle est formée retient les produits fixes (le goudron et la nicotine) jusqu'à ce qu'elle soit saturée ; mais il plaît beaucoup moins, parce que les produits gazeux d'un saveur généralement désagréable arrivent presque seuls à la bouche.

Quand la pipe est culotée, elle devient neutre, c'est-à-dire qu'elle laisse passer tous les produits de la combustion, sans en retenir aucun par elle-même.

La bonne pipe est celle qui est munie d'un long tuyau, comme s'en servent les Turcs et les Allemands : car le principe vénéreux, dans le long parcours qu'il traverse avant d'arriver à la bouche, se condense dans les parties relativement froides qu'il rencontre.

Mais la meilleure sans contredit de celles qui sont en usage en France est celle qui est pourvue d'un récipient ou pompe où viennent se déposer les produits de la combustion.

Les mêmes raisons qui ont dicté le conseil de rejeter une partie du cigare doivent engager les fumeurs à laisser au fond du fourneau de la pipe une certaine quantité de tabac, autrement dit un *culot*, qu'on rejette sans fumer.

Cette précaution utile a un inconvénient ; elle fait perdre une partie du tabac et constitue ainsi une dépense. On peut la remplacer par un moyen simple et efficace, qui consiste à glisser dans le fourneau de la pipe, avant de la bourrer, une petite boulette de papier le plus absorbant possible, ou un petit morceau de vieille éponge. Ce corps s'emparera inévitablement des produits liquides de la combustion, en sorte que tout le tabac pourra être brûlé sans produire les mauvais effets que nous avons signalés.

Le cardinal de Noailles allait souvent visiter les pauvres, les prisonniers et les malade de Bicêtre.

Dans une de ses visites, il demanda à voir le quartier des personnes renfermées pour cause de folie. Un homme d'environ quarante ans se présente à Son Eminence, et la supplie de lui procurer son élargissement. " Je mérite, Monseigneur, lui dit-il, que vous vous intéressiez en ma faveur. Je jouissais d'une fortune honnête, et mes parents, pour avoir mon bien, m'ont accusé de folie, et ont eu assez de crédit pour me faire enfermer dans cette maison. Je conjure Votre Eminence de me questionner sur toute sorte de sujets : elle reconnaîtra par elle-même l'injustice de ma détention." En effet, le cardinal, après une demi-heure d'entretien, trouva cet homme de très bon sens, et ne douta pas qu'il ne fût la victime de l'avidité de sa famille. " Je plains votre sort, lui dit-il, et je vous promets de travailler à vous procurer incessamment votre liberté. Je reviendrai la semaine prochaine, et j'espère apporter avec moi l'ordre de votre délivrance.—J'ai encore une grâce à vous demander, Monseigneur, lui dit le prisonnier : ne venez pas un samedi, parce que je reçois ce jour-là la visite des âmes du purgatoire.—Vous faites bien de m'en avertir," lui dit le prélat en se retirant. Le lecteur devine aisément que le