

Cette chair peut-elle être une nourriture saine et sans danger ? J'en appollo à la science.

VIATOR.

### HYGIÈNE DES FUMEURS.

Nous écrivons ces précautions hygiéniques pour le plus grand nombre de lecteurs de ce Journal, car au Canada comme ailleurs nous nous enrôlons de bonne heure dans le bataillon de la tabagie. Ces précautions ont trait aux inconvénients de la fumenbucation et aux moyens de les diminuer.

Il n'y a pas d'habitude comme celle du tabac qui offre plus d'attrait à la nature de l'homme. Enfant, nous cherchons à jouer à l'homme en lui prenant un de ces défauts, la pipe. Jeune homme, encore imberbe, et au collège nous rêvons de fumer librement loin de l'œil du pion. Dans le monde, en mille circonstances, nous nous rendrons désagréables par notre haleine repoussante. Cette passion pour le tabac engendre l'ennui pour celui qui en est épris. L'ouvrier, ne pouvant fumer durant ses heures de travail abrège le repas pour avoir le temps de brûler une pipe.

Le tabac assujettit tous les hommes à son déplorable empire, aussi c'est un des plus grands revenus du fisc. Nous voyons donc à quelle passion ce besoin factice, plus impérieux peut-être que les besoins réels ne voue-t-il pas le fumeur. Ce culte fervent et fécond qu'on accorde à l'herbe de Nicot porte sur son frontispice l'aphorisme de Balzac. "Le tabac détruit le corps, attaque l'intelligence, et hébête les nations."

Le premier principe hygiénique, en matière de tabac est véritablement celui-ci : "Ne fumez pas, ne fumez à aucun âge."

Les fumeurs brûlent le tabac de trois

manières : en cigare, en cigarette, en pipe.

Le cigare est la feuille de tabac roulée sur elle-même et que l'on met habituellement en contact avec la bouche. De cette façon, il charge la salive de principes toxiques. L'hygiène recommande l'usage d'un porte-cigare afin de diminuer singulièrement ses inconvénients. L'usage de cet embout sert aussi à la propreté de la bouche.

Pour ne pas paraître trop méticuleux nous signalerons tout simplement l'histoire de deux malheureux médecins qui contractèrent la syphilis, maladie dont mourut François Ier, en fumant des cigares fabriqués par un ouvrier syphilitique.

La cigarette, c'est le tabac enveloppé dans une substance combustible comme lui. "Vous qui faites une si grande consommation, disait dernièrement le Dr. Barré aux lecteurs du *"Peuple Français*, faites en la remarque et dites nous franchement si après avoir brûlé dix et douze cigarettes, et même d'avantage, vous ne sentez pas une gêne au côté gauche et si vous n'êtes pas incommodé par de fréquentes palpitations du cœur. Plus nous avançons dans la pratique de la médecine, plus nous interrogeons nos confrères et plus nous constatons que l'abus du tabac surtout des cigarettes est une des causes les plus fréquentes des maladies du cœur."

Une autre maladie que nous constatons nous médecins, c'est l'angine inflammatoire et la laryngite. Ainsi l'irritation de l'arrière bouche et des voies respiratoires provient de l'habitude qu'ont les fumeurs d'avaler la fumée.

La pipe est un charme pour l'amateur du tabac. Le pauvre se sert de la pipe en terre tendre, le riche de la pipe d'écume, garnie d'argent, sculptée, sciselée, bijou précieux. Porcuse, la pipe en terre tendra