Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 18 (1961)

Heft: [10]

Rubrik: Ménage ta santé : ne fume pas!

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ménage ta santé: Ne fume pas!

Importantes déclarations de médecins anglais

Conclusions du Joint Tuberculosis Council :

1. La consommation de cigarettes a fortement augmenté au cours des 50 dernières années.
2. L'action de fumer, notamment les cigarettes, nuit à l'aération pulmonaire efficace, chez les personnes en bonne santé.
3. La fumée de cigarettes est l'une des causes principales de la fréquence croissante du cancer du poumon. Elle agit en celà, avec d'autres facteurs, telle que la pollution de l'air.
4. Il existe un rapport certain entre la bronchite chronique et l'habitude de fumer la cigarette, même si d'autres facteurs, comme la pollution de l'air, jouent également un rôle important dans cette maladie.
5. La fumée de cigarettes est vraisemblablement aussi l'une des causes de rechutes dans les cas de tuberculose, guérie ou stabilisée, des organes respiratoires. La confirmation ou la négation de ce rapport possible de cause à effet, doivent encore faire l'objet de recherches complémentaires.
6. Pour restreindre la consommation de cigarettes, une politique active est nécessaire. Les méfaits inhérents à l'abus de la cigarette doivent être mieux portés à la connaissance du public et de grands efforts sont indispensables, tant sur le plan national que sur le plan personnel, pour trouver une solution aux nombreux problèmes qui s'y rattachent.
7. Des efforts particuliers devraient être faits de manière à protéger les jeunes gens qui n'ont pas encore commencé de fumer afin qu'ils ne contractent pas cette mauvaise habitude.
8. Les membres du corps médical devraient, en particulier, aider leurs patients et toutes autres personnes, par leur exemple et leurs conseils et contribuer ainsi à limiter la consommation de cigarettes ou même à supprimer l'habitude de fumer.

La lutte contre le tabac

« Toute drogue susceptible de produire une excitation de l'esprit, un plaisir qui n'est pas le résultat de fonctions vitales, est nécessairement malfaisante dans ses manifestations, et son usage n'est qu'un abus, quelle que soit le nom qu'elle porte. » Dr J. H. Kellog.

« Si l'alcool fait plus de mal que la fumée, le fumeur est à un certain point, plus pervers.
Boire de l'alcool n'est, en somme, que la déviation d'un geste nécessaire : celui d'étancher sa soif.
S'envoyer de la fumée dans le nez, la bouche, et les poumons n'a aucun équivalent dans le monde biologique. » Dr J. Poucel.

« Nos petits-fils nous mépriseront pour nous être créé une passion plus forte que notre volonté. »
Prof. C. Delanglade.

Tabac et système nerveux

L'influence de l'intoxication tabagique sur le cœur (adaptation à l'effort), la coordination des mouvements (tremblement tabagique), la contractilité des muscles de la peau (rides cutanées des fumeurs), etc.... traduisent des désordres nerveux qui s'installent progressivement chez le fumeur.
Mais l'action la plus nocive du tabac est peut-être celle qu'il exerce sur le psychisme de l'usager. L'habitude du tabac crée l'accoutumance et l'accoutumance entraîne l'état de besoin. Le fumeur habituel devient un véritable intoxiqué chronique chez qui la privation du tabac cause un état de malaise, une incapacité au travail mental, de l'instabilité d'humeur et même de l'incoordination mentale.
L'emprise exercée par l'intoxication tabagique aboutit en fin de compte à une véritable hypothèque sur la personnalité du fumeur.
Au total, l'effet du tabac sur le système nerveux est incontestablement celui d'un toxique et il ne semble pas, du seul point de vue du système nerveux, que le bilan des effets produits par le tabagisme puisse être favorable à l'homme. Prof. P. Lépine.

Extraits du rapport du Service de la Santé Publique des Etats-Unis

« Si l'usage du tabac ne peut être fait sans danger, le risque de contracter le cancer du poumon peut être réduit au mieux par l'élimination de la fumée. »
Telles sont les lignes résumant l'article du Dr Burney, chirurgien général du Service de la Santé Publique des Etats-Unis, publié dans le journal de l'Association médicale américaine.
Et voici la conclusion du Service de la Santé Publique:

1. La cigarette fumée est particulièrement associée avec une plus grande probabilité de contracter le cancer du poumon.
2. Cesser de fumer la cigarette, même après un temps assez long, est bénéfique.
3. Aucune méthode de traitement du tabac ou de filtration de la fumée n'a été reconnue efficace pour préserver le fumeur du risque de contracter le cancer du poumon.
4. Le risque du non-fumeur de contracter le cancer du poumon est bien moindre que celui du fumeur et cela dans toutes les études contrôlées, soit en espaces ruraux, régions urbaines, occupations industrielles ou en distinguant hommes et femmes.
5. Les individus qui n'ont jamais fumé du tout (cigarettes, cigares, ou pipes), ont la plus grande chance d'échapper au cancer du poumon.

Le nombre accru d'automobiles, les fumées aspirées, et les vapeurs industrielles polluant l'air sont pour une grande part responsables de la cause du cancer du poumon. La possibilité d'autres facteurs inconnus a été aussi suggérée. » -d.

La lutte contre le tabac dans les écoles

Voici, dans l'Etat de New-York, où une lutte intensive se marque dans les écoles contre le tabac, toute une série de questions auxquelles sont soumis les élèves des hautes écoles. Ils doivent en prendre conscience d'une manière très objective :

1. Pourquoi les athlètes sont-ils avertis de ne pas user du tabac sous quelque forme que ce soit ?
2. Est-ce que fumer est plus nuisible pour les jeunes que pour les adultes ?
3. Est-ce qu'une cigarette est moins nuisible qu'un cigare ou une pipe ?
4. Pourquoi les gens fument ?
5. Quelles sont les méthodes utilisées par les personnes qui mettent en garde pour réfréner la vente et l'usage du tabac, des cigarettes et des cigares ?
6. Combien d'argent est dépensé annuellement aux Etats-Unis pour le tabac et ses produits ?
7. Quel est le rapport entre fumer et l'incendie ?
8. Pourquoi l'Etat de New-York fit voter la loi suivante : « Une personne qui vend, paie, ou fournit un cigare, une cigarette, ou du tabac sous l'une quelconque de ces formes à un enfant réellement ou apparemment d'une âge inférieur à 18 ans est coupable de délit. » -d.