
 CHAPITRE XXXII.

Des Remedes de précaution.

§. 538. **J'**Ai indiqué, dans quelques endroits de cet ouvrage, les moyens de prévenir les mauvais effets de plusieurs causes de maladie, & d'empêcher le retour des maux habituels; j'ajouterai ici quelques observations sur l'usage des principaux remedes qu'on emploie comme des préservatifs généraux, assez régulièrement dans de certains temps, & presque toujours uniquement par habitude, sans savoir si l'on a tort ou raison.

Ce n'est cependant point une chose indifférente que l'usage des remedes; il est ridicule, dangereux, criminel même de les négliger, quand ils sont nécessaires; mais il l'est aussi d'en prendre sans nécessité. Un remede pris à propos, quand il y a dans la machine quelque dérangement qui occasionneroit dans peu une maladie, l'a souvent prévenue; mais ce même remede, donné à une personne bien portante, s'il ne la rend pas malade d'abord, lui laisse au moins plus de dispositions aux maladies; & l'on n'a que trop d'exemples de gens qui, ayant malheureusement du goût pour les remedes, ont ruiné leur santé, quelque robuste qu'elle fût, par l'abus de ces dons que la Providence a fait aux hommes pour la rétablir; abus qui, lors même qu'il ne détruit pas la santé, fait que dans la maladie, ce corps, à qui les remedes sont devenus familiers, n'en ressent presque plus les effets, & est privé par-là du secours

qu'il en auroit reçu , s'il ne s'en étoit servi que dans le besoin.

De la Saignée.

§. 539. La saignée n'est nécessaire que dans quatre cas ; 1^o Quand il y a trop de sang. 2^o Quand il y a inflammation. 3^o Quand il est survenu , ou qu'il va survenir dans le corps quelque cause qui produiroit bientôt l'inflammation , ou quelqu'autre accident , si on ne relâchoit pas les vaisseaux par la saignée. C'est pour cela qu'on saigne après les plaies , les contusions ; qu'on saigne une femme grosse , si elle a une toux violente ; qu'on saigne , par précaution , dans plusieurs autres cas. 4^o Quelquefois pour appaiser une douleur excessive , qui ne dépend point cependant de trop de sang , ou d'un sang enflammé , mais qu'on calme un peu par la saignée , afin d'avoir le temps de détruire la cause par d'autres remèdes. Mais comme l'on peut faire rentrer ces dernières raisons dans les premières , on peut établir que le trop de sang , & un sang enflammé , sont les deux seules causes nécessaires de la saignée.

§. 540. L'on connoît l'inflammation du sang , par les symptomes qui accompagnent les maladies que cette cause produit ; j'en ai parlé , & j'ai en même-temps déterminé l'usage de la saignée dans ces cas. J'indiquerai ici les symptomes qui font connoître qu'on a trop de sang.

C'est 1^o le genre de vie qu'on mène. Si l'on mange beaucoup , si l'on mange des aliments succulents , & sur-tout beaucoup de viandes , si on boit des vins nourrissans , si en même-temps l'on digere bien , si l'on se donne peu de mouvement , si l'on dort beaucoup , si l'on n'est sujet à aucune évacuation abondante , on doit croire qu'on a beaucoup de sang.

L'on voit que toutes ces causes se trouvent rarement chez le paysan , si l'on en excepte la diminution de mouvement pendant quelques semaines de l'hiver , qui peut effectivement contribuer à former plus de sang qu'à l'ordinaire. Il ne vit , le plus souvent , que de pain , de végétaux , & d'eau ; choses peu nourrissantes , puisqu'une livre de pain ne fait peut-être pas plus de sang , chez la même personne , qu'une once de viande , quoique le préjugé général établisse le contraire. 2° La cessation de quelque hémorragie à laquelle on étoit accoutumé. 3° Un pouls plein & fort ; des veines bien marquées dans un sujet qui n'est pas maigre , & qui n'a pas chaud. 4° Un teint assez rouge. 5° Un engourdissement extraordinaire ; un sommeil plus profond , plus long , moins tranquille qu'à l'ordinaire ; une facilité , non-accoutumée , à se laisser après quelque mouvement ou quelque travail ; un peu d'oppression en marchant. 6° Des palpitations , accompagnées quelquefois d'un abattement total , & même d'une légère défaillance , sur-tout quand on est dans des endroits chauds , ou qu'on a pris beaucoup de mouvement. 7° Des vertiges , sur-tout quand on baisse & qu'on relève tout-à-coup la tête , & après le sommeil. 8° Des maux de tête fréquents auxquels on n'est point sujet , & qui ne paroissent point dépendre du dérangement des digestions. 9° Un sentiment de chaleur , assez généralement répandu par tout le corps. 10° Une espèce de démangeaison piquante & générale dès qu'on a eu un peu chaud. 11° Des hémorragies fréquentes & qui soulagent.

Mais il faut bien se garder de décider sur un seul de ces symptomes ; il faut le concours de plusieurs , & s'assurer qu'ils ne dépendent point

de quelque cause très-différente, & toute opposée au trop de sang.

Quand par ces symptomes on s'est assuré que ce trop existe réellement, on fait alors, avec grand succès, une saignée ou même deux. Il est égal dans quelle partie on la fait.

§. 541. Quand ces circonstances ne se trouvent pas, la saignée n'est pas nécessaire; & l'on ne doit jamais la faire dans les cas suivants, à moins qu'il n'y ait des raisons particulières, très-fortes, dont les seuls Médecins peuvent juger.

1^o Quand on est dans un âge très-avancé, ou dans la première enfance. 2^o Quand la personne est naturellement d'un tempérament foible, ou qu'elle a été affoiblie par des maladies, ou par quelqu'autre accident. 3^o Quand le pouls est petit, mol, foible, intermittent, que la peau est pâle. 4^o Quand les extrémités du corps sont souvent froides, & enflées avec mollesse. 5^o Quand on mange peu depuis long-temps, ou des aliments peu succulents, & qu'on dissipe beaucoup. 6^o Quand on a depuis long-temps l'estomac dérangé, que la digestion se fait mal, que par-là même il se forme peu de sang. 7^o Quand on a quelque évacuation considérable, par des hémorragies quelconques, ou la diarrhée, les urines, les sueurs. Quand les crises d'une maladie sont déjà faites par quelqu'une de ces voies. 8^o Quand on est dès long-temps dans une maladie de langueur, & qu'on a beaucoup d'obstructions qui empêchent la formation du sang. 9^o Quand on est épuisé, qu'elle qu'en soit la cause. 10^o Quand le sang est pâle & dissous.

§. 542. Dans tous ces cas, & dans quelques autres moins fréquents, une seule saignée jette souvent dans un état absolument incurable, & les maux qu'elle fait ne se réparent point. Il n'est que trop aisé d'en trouver des exemples.

Dans quelque état que ce soit, quelque robuste que soit le sujet, si la saignée n'est pas nécessaire, elle nuit. Les saignées réitérées affoiblissent, énervent, vieillissent, diminuent la force de la circulation, & par-là engraisent d'abord, ensuite en affoiblissant trop & en détruisant enfin les digestions, jettent dans l'hydropisie. Elles dérangent la transpiration, & par-là rendent catharreaux. Elles affoiblissent le genre nerveux, & par-là rendent sujets aux vapeurs, à l'hypochondrie, à tous les maux des nerfs.

L'on n'apperçoit point d'abord le mauvais effet d'une saignée; au contraire, quand elle n'est pas assez considérable pour affoiblir sensiblement, elle paroît donner du bien-être: mais, je le répète, il n'en est pas moins vrai que quand elle n'est pas nécessaire, elle est nuisible, & qu'on ne doit jamais se faire saigner par jeu. L'on a beau dire que quelques jours après l'on a plus de sang; c'est-à-dire l'on est plus pesant qu'auparavant, & qu'ainsi le sang est bien vite réparé. Le fait est vrai; mais ce fait même, cette augmentation de poids après la saignée, dépose contr'elle; c'est une preuve que les évacuations naturelles se sont moins bien faites, & qu'il est resté dans le corps des humeurs qui devoient en sortir. L'on a bien la même quantité de sang & au-delà, mais ce n'est point un sang bien travaillé, & cela est si vrai que, si la chose étoit autrement, si quelques jours après la saignée on avoit une plus grosse quantité de sang semblable, on pourroit démontrer que quelques saignées jetteroient nécessairement un homme robuste dans une maladie inflammatoire.

§. 543. La quantité de sang qu'on doit tirer dans une saignée de précaution, à un homme fait, est de dix onces.

§. 544. Les personnes sujettes à faire trop de sang, doivent éviter avec soin toutes les causes qui peuvent l'augmenter (voyez §. 540, N^o 1;) & quand elles sentent que le mal commence, elles doivent se mettre à une diete très-frugale, de légumes, de fruits, de pain & d'eau; prendre quelques bains de pied tièdes; faire usage, soir & matin, de la poudre N^o 20; boire de la tisane N^o 1; peu dormir; prendre beaucoup d'exercice. En prenant ces précautions, ou elles pourront se passer de la saignée, ou, si elles sont également obligées de la faire, elles en augmenteront & elles en prolongeront l'effet. Ces mêmes moyens servent aussi à éloigner tout le danger qu'il peut y avoir à omettre une saignée à l'époque ordinaire, quand l'habitude en est déjà invétérée.

§. 545. L'on voit en frémissant, que quelques personnes sont saignées dix-huit, vingt, vingt-quatre fois dans deux jours; d'autres, quelques centaines de fois dans quelques mois. Ces observations prouvent à coup sûr toujours l'ignorance du Médecin ou du Chirurgien; & si le malade en réchappe, on doit admirer les ressources de la nature, qui ne succombe pas sous tant de coups meurtriers.

§. 546. Le peuple est persuadé que la première saignée sauve la vie; mais pour se convaincre de la fausseté de ce préjugé, il n'y a qu'à ouvrir les yeux, & l'on verra malheureusement tous les jours le contraire, & plusieurs personnes mourir après la première saignée qu'on leur fait. Si ce principe étoit vrai, il seroit impossible que personne mourût de sa première maladie, ce qui arrive journellement. Il est important de détruire cette prévention, parce qu'elle a des influences fâcheuses; la foi qu'on a à cette saignée, fait qu'on la veut garder pour les grands dan-

gers , & on la differe tant que le malade n'est pas fort mal , dans l'espérance que si l'on peut s'en passer , on la conservera pour une autre occasion. Cependant le mal empire , on saigne , mais trop tard , & j'ai l'exemple de plusieurs malades qu'on a laissé mourir afin de réserver la premiere saignée pour un cas plus important. Toute la différence qu'il y a entre l'effet de la premiere saignée & des suivantes , c'est qu'ordinairement elle occasionne au malade une émotion plutôt nuisible que salutaire.

Des Purgations.

§. 547. L'on purge ou par le vomissement ou par les selles , & cette derniere voie est beaucoup plus naturelle que la premiere , qui ne se fait que par un mouvement violent & contre nature. Il y a cependant quelques cas qui exigent le vomissement ; mais excepté ces cas-là , (j'en ai déjà indiqué quelques-uns) il faut se contenter des remedes qui purgent par le bas.

§. 548. Les signes qui font connoître qu'on a besoin de purger , sont , 1° un mauvais goût à la bouche le matin , sur-tout un goût amer ; la langue & les dents sales , des rapports désagréables , des vents , des gonflements.

2° Un manque d'appétit , qui s'accroît peu-à-peu sans fièvre , & qui dégénere en dégoût , & quelquefois fait trouver un mauvais goût à ce qu'on mange.

3° Des envies de vomir à jeun , & même quelquefois dans le reste du jour , supposé qu'elles ne dépendent point d'une grosseffe ou de quelque autre maladie dans laquelle les purgatifs seroient inutiles ou nuisibles.

4° Des vomissements de matieres ameres ou corrompues.

5° Un sentiment de pesanteur dans l'estomac, aux reins, aux genoux.

6° Un manque de forces accompagné quelquefois d'inquiétude, de mauvaise humeur, de tristesse.

7° Des maux d'estomac, souvent des maux de tête ou des vertiges, quelquefois des assouplissements, qui augmentent après le repas.

8° Des coliques, de l'irrégularité dans les selles, qui sont quelquefois trop abondantes & trop liquides pendant plusieurs jours, après lesquels il survient une constipation opiniâtre.

9° Le pouls moins réglé & moins fort qu'à l'ordinaire, quelquefois intermittent.

§. 549. Quand ces symptômes ou quelques-uns de ces symptômes font connoître le besoin de purger chez une personne qui n'est attaquée d'aucune maladie décidée, (car je ne parle point des purgatifs dans ce cas) on peut lui donner quelque remède propre à produire cet effet. Le mauvais goût & les rapports continuels, les envies fréquentes de vomir, les vomissements mêmes, la tristesse indiquent que la cause du mal est dans l'estomac, & qu'un remède émétique sera utile; mais quand ces accidents n'ont pas lieu, il faut s'en tenir aux purgatifs qui sont particulièrement indiqués par les maux de reins, les coliques, & la pesanteur dans les genoux.

§. 550. L'on ne doit point purger ni donner l'émétique, 1° Toutes les fois que les maladies viennent de foiblesse ou d'épuisement. 2° Quand il y a une sécheresse générale, un grand échauffement, de l'inflammation, une forte fièvre. 3° Quand la nature est occupée de quelque autre évacuation salutaire; ainsi on ne purge point pendant des sueurs critiques, pendant les règles, pendant un accès de goutte. 4° Dans

des obstructions invétérées, que les purgatifs ne peuvent pas détruire, & qu'ils augmentent. 5^o Quand les nerfs sont extrêmement affoiblis.

§. 551. Il y a d'autres cas dans lesquels on peut purger & non pas faire vomir. Ces cas sont (1) 1^o une grande quantité de sang, (voyez §. 540.) parce que pendant les efforts qu'on fait pour vomir, la circulation se fait beaucoup plus fortement, & les vaisseaux de la tête & de la poitrine se remplissant extrêmement de sang, pourroient se rompre, ce qui tueroit sur le champ, comme il est arrivé plus d'une fois. On ne doit point, (2) 2^o par la même raison, l'ordonner à ceux qui sont sujets à des saignements de nez, à des crachements ou à des vomissements de sang, aux femmes qui ont des pertes, à celles qui sont enceintes; 3^o il nuiroit à ceux qui ont des hernies. (3)

(1) Nous avons souvent vu l'émétique Numéro 35 rendre les plus grands services aux femmes qui avoient des pertes blanches ou rouges, lorsqu'elles n'étoient pas entièrement affoiblies, & lorsque leur estomac rempli de glaires & de matieres bilieuses, annonçoit son mal-aise par des nausées, des aigreurs, l'amertume de la bouche, l'état de la langue, &c. Nous croyons avec M. Tissot, qu'il doit nuire dans les autres cas.

(2) L'expérience beaucoup trop multipliée à Lyon, a prouvé que quoique l'abus des émétiques donnés aux femmes enceintes soit très-nuisible à la mere & à l'enfant, on peut cependant quelquefois sans danger, & même très-utilement dans certains cas, faire vomir celles qui ne touchent pas au terme de leur accouchement. Mais on doit en craindre l'abus, & ne se décider aux émétiques les plus doux que par des raisons deux fois plus fortes que dans les cas ordinaires. Le mieux est même d'en unir alors une très-petite dose à des purgatifs par le bas: ce qui n'évacue pas moins l'estomac, & le fait d'une manière moins fatigante, sur-tout si toute l'action du remède est déterminée vers les selles.

(3) Les malades qui ont des hernies, peuvent vomir

§. 552. Quand on a pris un émétique ou un purgatif trop âcres, & qui agissent avec une violence excessive, soit par la violence des efforts, des douleurs, des convulsions, des évanouissements qui en sont souvent la suite, soit par la prodigieuse évacuation qu'ils procurent; (c'est ce qu'on appelle *superpurgation*,) & qui peut tuer le malade, comme il n'est que trop aisé d'en trouver des exemples parmi le peuple, qui est presque toujours conduit par des mains meurtrieres, l'on doit traiter ces infortunés tout comme s'ils avoient été empoisonnés par des poisons âcres; (voyez §. 533.) c'est-à-dire, leur donner beaucoup d'eau tiède, de lait, d'huile, de décoction d'orge, des laits d'amande, des lavements émoullients, avec du lait & des jaunes d'œufs, leur faire même une forte saignée, si les douleurs sont excessives & le pouls fort & fiévreux.

L'on arrête les évacuations, après avoir donné beaucoup de délayants, en donnant les mêmes remèdes calmants prescrits en parlant des douleurs aiguës, §. 536, N° 6.

Des flanelles trempées dans de l'eau chaude, dans laquelle on a fait dissoudre de la thériaque, sont aussi très-utiles; l'on peut même, si les évacuations par les selles sont excessives, sans beaucoup de fièvre & de chaleur, mettre la grosseur d'une noix muscade de thériaque dans les lavements.

Si les vomissements sont excessifs, sans diarrhée, il faut multiplier les lavements émoullients, avec de l'huile sans jaunes d'œufs, & mettre dans un bain tiède.

comme les autres, si la hernie peut rentrer, si on a la précaution d'y appliquer un bandage un peu serré, & de faire relever les cuisses du malade pendant qu'il vomit, pour comprimer encore plus fortement la pelote contre l'anneau.

§. 553. Les purgatifs souvent réitérés ont les mêmes inconvénients que les fréquentes saignées. Ils ruinent les digestions ; l'estomac ne fait plus ses fonctions , les intestins deviennent paresseux , & l'on est sujet à des coliques très-violentes ; le corps ne se nourrit pas , la transpiration se dérange , il survient des fluxions , des maux de nerfs , une langueur générale , & l'on vieillit long-temps avant le temps.

L'on fait un tort irréparable à la santé des enfants par les purgatifs pris mal-à-propos. Ils les empêchent d'acquérir toutes leurs forces ; souvent ils dérangent leur crue , ils ruinent leurs dents , jettent les jeunes filles dans les oppilations , & quand elles en sont déjà atteintes , ils les rendent plus opiniâtres.

C'est un préjugé trop généralement reçu , qu'il faut purger quand on n'a pas appétit ; mais cela est faux très-souvent , & la plupart des causes qui détruisent l'appétit ne peuvent point être enlevées par la purgation ; il y en a plusieurs qu'elle augmente.

Les personnes dans l'estomac desquelles il se forme beaucoup de glaires , croient se guérir par les purgatifs , qui paroissent en effet les soulager d'abord ; mais c'est un soulagement passager & trompeur. Ces glaires viennent de la foiblesse d'estomac , & les purgatifs l'augmentent ; ainsi , quoiqu'ils enlèvent une partie des glaires formées , il y en a au bout de quelques jours plus qu'auparavant ; & en réitérant les purgatifs , le mal est bientôt incurable & la santé perdue. L'on guérit par des remèdes tout opposés. Ceux du §. 272 sont très-utiles.

§. 554. L'usage des stomachiques préparés avec l'eau-de-vie , l'esprit de vin , l'eau de cerise , est toujours dangereux ; malgré le soulagement que ces remèdes procurent d'abord dans quelques

maux d'estomac, ils détruisent réellement peu-à-peu cet organe, & l'on voit tous ceux qui s'accoutument aux liqueurs, tout comme les grands buveurs, finir par ne faire aucune digestion, tomber dans la langueur, & mourir hydro-piques.

§. 555. L'on peut souvent se passer d'émétique ou de purgatifs, lors même qu'ils paroissent nécessaires, en se retranchant un repas par jour pendant quelque temps; en se privant de tous les aliments nourrissans, & sur-tout de ceux qui sont gras; en buvant beaucoup d'eau fraîche, & en prenant plus d'exercice qu'à l'ordinaire. Ces mêmes moyens servent aussi à surmonter sans purgation les différens mal-aïses qu'on éprouve souvent à l'époque où l'on avoit accoutumé de se purger.

§. 556. Les remèdes N^{os} 34 & 35 sont les émétiques les plus sûrs. La poudre N^o 21 est un bon purgatif quand il n'y a point de fièvre.

Les doses marquées conviennent pour un homme fait, d'un tempérament vigoureux. Il s'en trouve cependant quelquefois pour qui ces doses seroient insuffisantes: on peut les augmenter d'un tiers ou d'un quart; mais si alors elles n'operent pas, il faut bien se garder de doubler & de tripler, comme on le fait quelquefois sans réussir à purger, & au risque de tuer le malade, comme il est arrivé souvent. L'on doit dans ce cas donner de grandes doses de petit lait miellé ou d'eau tiède, dans un pot de laquelle on met une once ou une once & demie de sel de cuisine, & on boit cette dose à petits coups, en se promenant.

Les montagnards, qui ne vivent presque que de lait, ont les fibres si peu sensibles, qu'il faut pour les purger des doses qui tueroient tous les payfans de la plaine. Il y a dans les montagnes

du Valais des hommes qui prennent tout à la fois jusqu'à vingt & même vingt-quatre grains de verre d'antimoine, dont un grain ou deux suffiroient pour empoisonner des hommes ordinaires.

§. 557. Quand on est commandé par une maladie pressante, on purge en tout temps & à toute heure; mais quand on est à peu près maître du temps, il faut éviter les saisons extrêmes, c'est-à-dire, les très-grandes chaleurs ou les très-grands froids, & se purger le matin, afin que les remèdes ne trouvent pas d'embarras dans l'estomac. Toute autre considération, relativement aux astres & à la lune, est ridicule & dénuée de tout fondement. Le peuple redoute les remèdes pendant la canicule; si c'étoit par la raison de la chaleur, il seroit pardonnable; mais c'est par un préjugé astrologique d'autant plus ridicule aujourd'hui que les jours caniculaires sont éloignés de trente-six jours de ceux auxquels on donne ce nom; & il est triste que dans un siècle aussi éclairé l'ignorance du peuple soit aussi crasse à cet égard, & qu'il en soit encore à croire que l'effet des remèdes dépend du signe sous lequel se trouve le soleil, ou du quartier de la lune. Le préjugé est cependant encore si enraciné à cet égard, qu'il n'est que trop commun de voir mourir dans les campagnes, en attendant le *signe* ou quartier favorable pour faire un remède qui seroit nécessaire cinq ou six jours plutôt. D'autres fois on fait le remède auquel le jour *est bon*, & non pas celui qui seroit bon à la maladie; c'est ainsi qu'un ignorant faiseur d'almanachs décide de la vie des hommes, & en tranche impunément la trame.

§. 558. Quand on veut prendre un émétique, ou se purger, il faut s'y préparer au moins vingt-quatre

quatre heures d'avance, en ne prenant que peu d'aliments, & en buvant quelques verres d'eau tiède, ou de quelque thé d'herbes.

Après avoir pris l'émetique, il ne faut boire que quand il commence à agir; mais alors il faut avaler des torrents d'eau tiède, ou ce qui vaut mieux, de thé de camomilles extrêmement léger.

Après les purgations, on est en usage de prendre du bouillon pendant qu'elles agissent; mais de l'eau tiède sucrée ou miellée, ou un thé de fleurs de chicorée, seroient quelquefois plus convenables.

§. 559. Comme l'estomac souffre toutes les fois qu'on prend l'un ou l'autre de ces remèdes, il faut se ménager pendant quelques jours, après les avoir pris, tant pour la quantité que pour la qualité des aliments.

§. 560. Je ne parlerai point de quelques autres remèdes de précaution, bouillons, petit-lait, eaux, &c. qui sont peu d'usage parmi le peuple; je me bornerai à cette remarque générale, c'est que quand on prend ces remèdes, il faut avoir un régime assortissant, & qui concoure au même but. On prend ordinairement le petit-lait pour se rafraîchir, & l'on s'interdit pendant qu'on le boit, les légumes, les fruits, la salade; l'on ne prend que les meilleures viandes, des jardinages au bouillon, des œufs, du bon vin, c'est détruire, par les aliments qui échauffent, le bien qu'on attend du petit-lait, qui rafraîchit.

L'on veut se rafraîchir par des bouillons, & l'on y met des écrevilles, qui échauffent puissamment, ou du cresson, qui échauffe aussi, c'est manquer son but. Heureusement, dans ce cas, une erreur en répare souvent une autre, & ces bouillons, qui ne sont pas rafraîchissants, sont

beaucoup de bien, parce que la cause des accidents ne demandoit pas des rafraîchissans comme on l'avoit cru.

La Médecine du Public, qui malheureusement n'est que trop suivie, est remplie de pareilles erreurs. J'en citerai encore une, parce que j'en ai vu de funestes suites : beaucoup de gens croient le poivre rafraîchissant, quoique leur odorat, leur goût & leur raison, leur disent le contraire; c'est l'aromate le plus échauffant.

§. 561. Le préservatif le plus sûr, le plus à la portée de tout le monde, c'est d'éviter tous les excès, & sur-tout ceux dans le manger & dans le boire. L'on mange généralement plus qu'il ne faut pour se bien porter, & pour avoir toutes les forces dont on est capable; l'habitude est prise, il est difficile de la déraciner, mais on devroit au moins s'imposer la loi de ne manger que par faim, & jamais *par raison*; parce que, excepté dans un très-petit nombre de cas, la raison dit toujours de ne pas manger, quand l'estomac répugne aux aliments. Une personne sobre est capable de travaux, je dirois même d'excès en différents genres, dont les gens qui mangent plus, sont absolument incapables; la seule sobriété guérit des maux presque incurables, & rétablit les sântés les plus ruinées.

CHAPITRE XXXIII.

Des Charlatans & des Maîges.

§. 562. **I**L me reste à parler d'un fléau qui fait plus de ravages que tous les maux que j'ai décrits, & qui, tant qu'il sub-