

CHAPITRE XXIV

Des sens internes.

Les sens internes ne peuvent être définis d'une manière exacte, car on ne connaît ni leur siège positif ni leur nature. Le système nerveux qui y préside n'offre pas de modifications appréciables, et rien n'indique qu'il y ait dans les principaux viscères, aucune circonstance d'organisation capable de rendre compte des sensations singulières qui y ont leur siège. On ignore, du reste, si ce siège est bien réel, et si ce n'est pas le cerveau lui-même qui éprouve le sentiment général du besoin, lequel serait à son tour modifié par l'action directe de chaque organe en particulier.

Ces sens internes sont ainsi appelés, parce qu'ils se rapportent aux fonctions des principaux viscères des grandes cavités, et que leur action a pour but d'indiquer les besoins de l'économie. La plupart de nos fonctions organiques s'exécutent sans notre volonté. Ainsi, l'on respire, le cœur bat, sans que ces actions, viscérales dépendent de nous; tandis que d'autres fonctions, comme la digestion, ont besoin que nous leur fournissions tous les matériaux nécessaires. Or, il fallait qu'une sensation intérieure nous indiquât la nécessité de donner aux organes les éléments de cette réparation indispensable, et c'est cette sensation que l'on nomme le sens de la faim. La soif est dans le même cas. L'hygiène doit s'occuper de régler les conditions de santé de ces instincts divers.

De la faim.

De tous les sens internes, le premier, le plus impérieux, celui qui se renouvelle le plus souvent, c'est le besoin de manger, c'est l'appétit qui précède la faim. Cette sensation varie suivant les âges, la constitution, les habitudes, les climats, et une foule d'autres circonstances locales ou individuelles.

1° *Age.* — Les enfants éprouvent le besoin de se nourrir beaucoup plus souvent que les adultes; l'accroissement rapide du corps exige une nutrition très-active, aussi, l'enfant nouveau-né mange-t-il sans cesse. Cet énergique sentiment d'appétit ne diminue que quand le corps a acquis tout son développement,

et alors il n'est plus qu'en proportion des pertes journalières. Les hommes robustes, qui font une grande dépense de force musculaire, éprouvent le besoin de manger plus fréquemment que ceux qui sont en repos et d'une faible constitution. Dans la vieillesse, on mange moins encore, en raison des pertes moins nombreuses que l'on fait d'une part, et, de l'autre, en raison de la prédominance du mouvement de décomposition interstitielle des tissus sur celui de composition.

2° *Sexe.* — Le sexe ne détermine, sur le sentiment de la faim, d'autre influence que celle qui résulte, pour la femme, du défaut d'exercice et de travail physique, ainsi que de la force moins grande de la constitution. Ces conditions font moins souvent naître chez elle le sentiment de la faim.

3° *Habitudes.* — Les habitudes déterminent bien souvent, à l'égard de la faim, des besoins artificiels, qui, une fois développés, doivent être satisfaits. En pareil cas, les heures de repas sont marquées par l'apparition de ce besoin, et beaucoup de personnes éprouvent un vrai tourment, quand on ne le fait pas cesser par l'ingestion des aliments.

4° *Climats.* — Les climats exercent une notable influence sur le sentiment de la faim : la chaleur l'atténue singulièrement, et les habitants des contrées chaudes se voient souvent obligés de faire naître un appétit artificiel par l'usage de condiments énergiques. Dans les climats froids, c'est le contraire; la faim devient un sentiment vif et impérieux, qui engage les habitants à prendre fréquemment une quantité considérable de nourriture, qui leur permette de développer la chaleur animale nécessaire pour résister à la basse température de la contrée.

5° *Maladies.* — La plupart des maladies abolissent le sentiment de l'appétit, comme si la nature prévoyante engageait l'homme à s'abstenir d'aliments inutiles ou dangereux. Les animaux, qui obéissent à l'instinct, font diète avec une exactitude bonne à imiter. Le retour du sentiment de la faim annonce la convalescence, et l'on sait avec quelle intensité se manifeste le besoin de manger, surtout chez les jeunes sujets qui ont été épuisés par le mal et par les pertes qu'il a entraînées. La faim des convalescents exige les plus grandes précautions, et il faut surtout se garder de la satisfaire dans certaines maladies, comme la fièvre typhoïde, par exemple.

Dans quelques circonstances rares, l'appétit est factice, c'est-à-dire fondé sur un prétendu besoin. C'est ce qu'on observe dans certaines gastralgies, et, en pareil cas, si l'individu cède à cette suggestion de ses organes malades, il ne tarde pas à sentir de vives douleurs d'estomac, ou à rejeter les aliments qu'il a pris. Dans d'autres cas, plus remarquables encore, la

faim devient une sorte de monomanie, dans laquelle on observe des boulimies, des polyphagies fort extraordinaires. Quelquefois l'appétit se déprave, et il porte des individus à manger des substances d'un goût détestable ou nul.

Les plaisirs que cause l'action de manger sont vifs, et le sentiment de bien-être engagé à recommencer cette opération plus souvent que ne l'exige le besoin réel. La gourmandise en est la conséquence, et l'on peut dire que c'est maintenant une des plaies de notre société. L'histoire consacre des faits qui surprennent. Les Romains se faisaient vomir pour manger de nouveau. On voit encore de nos jours des Romains de ce genre. Il est aussi mauvais de solliciter un appétit factice, que de se refuser à satisfaire un besoin réel quand il se développe. Des établissements religieux ont souvent imposé de grandes tortures aux estomacs, en prescrivant des jeûnes plus ou moins rigoureux, dans le but de diminuer la pléthore produite par une alimentation abondante. On a souvent dépassé le but, et beaucoup de maladies en ont été la conséquence. Il est bon, sans doute, de régler les besoins, et de les restreindre dans des limites convenables : mais il ne faut pas imposer des lois dont l'observation est presque impossible et peut même devenir nuisible.

Soif.

La soif est une sensation analogue à la faim, et qui peut donner lieu aux mêmes observations. Elle se fait sentir d'une manière différente, en raison des âges, des climats, des habitudes, etc.

1° *Age.* — Les enfants boivent beaucoup plus, proportion gardée, que les adultes, et leur nourriture doit être sous forme liquide, pour s'accommoder aux facultés digestives de leurs organes. Dans l'adolescence, les mouvements continus, et les pertes nombreuses qui se font, exigent, à la fois, et beaucoup d'aliments et beaucoup de boissons. Le sang a besoin d'eau pour conserver toujours au sérum la même composition, car la plupart des sécrétions lui en enlèvent beaucoup. Plus tard, les travaux fatigants, les grands exercices auxquels se livrent les adultes, rendent les liquides fort nécessaires. A mesure qu'on arrive à la vieillesse, la soif devient moins impérieuse, et l'on peut se dispenser de recourir aussi souvent aux liquides.

2° *Le sexe, la constitution, le tempérament,* ne présentent rien de particulier à noter sous le rapport de la soif.

3° *Habitudes.* — De même que pour la faim, les habitudes jouent un grand rôle à l'égard du sentiment de la soif. Elles

font contracter l'habitude de boire, à de certaines heures, des quantités de liquides déterminées, et lorsqu'on ne satisfait pas à des habitudes ainsi contractées, elles deviennent un besoin factice très-impérieux.

4° *Climat.* — Dans les pays chauds, les pertes continuelles qui se font par les surfaces cutanée et pulmonaire, font naître le besoin impérieux de boire abondamment pour réparer ces pertes, et la sensation de la soif se fait sentir avec une énergie extrême. On sait tout ce que souffrent les personnes qui parcourent les déserts brûlants de l'Afrique, et l'importance que l'on attache aux sources trop rares qui rafraîchissent ces contrées.

Le sentiment de la soif est plus pénible que celui de la faim, et ceux qui ont éprouvé les plus grandes privations ont enduré ce dernier beaucoup moins difficilement. Les personnes qui ont résolu de se laisser mourir de faim ne peuvent presque jamais résister au désir de boire. La privation absolue de liquide donne lieu à une fièvre ardente accompagnée de délire, et qui est probablement la conséquence d'une gastro-entérite aiguë.

Certaines maladies exaltent singulièrement le besoin de boire. Toutes les grandes pertes ont ce résultat; les grandes hémorrhagies sont encore dans ce cas. Chez les hydropiques, alors qu'une sécrétion anormale enlève au sang la plus grande partie de son sérum, la soif s'allume avec force. Chez les diabétiques, ce besoin est continu, et il devient un tourment insupportable.

En résumé, il faut, en bonne hygiène, donner aux organes digestifs la quantité nécessaire de liquides; il faut que cette sensation capricieuse soit satisfaite, car la santé en dépend. On observe quelquefois des personnes qui ne paraissent pas éprouver le sentiment de la soif, et qui ne boivent presque jamais. Cela est rare. On sait que les bains et les lotions remplacent l'action de boire, et que la peau absorbe une grande quantité de liquide. La présence d'une plus ou moins grande quantité de vapeur d'eau répandue dans l'atmosphère donne lieu à des variations dans le sentiment de la soif.

Bibliographie. — Pour la faim et la soif, voir les traités de physiologie et de pathologie générale; voir aussi la bibliographie des articles *Âges, Climats, Régime*, etc.

Du coït.

Le besoin de perpétuer l'espèce constitue une nécessité non moins impérieuse que celle de la faim et de la soif. L'instinct

de la propagation est naturel à l'homme, et, si les conditions sociales y apportent des modifications, quant aux formes du moins, le fond reste parfaitement le même.

1° Influence de l'âge, du sexe, de la constitution et du climat sur le coït.

1° *Age.* — On sait que la puberté n'arrive pas à la même époque de la vie dans les deux sexes; que ce phénomène d'évolution de l'appareil génital est placé sous l'influence de la chaleur, du climat, de la nourriture, et de beaucoup d'autres modificateurs externes. Les différentes races qui occupent les différents pays offrent une précocité qui varie, et qu'il faut connaître. Mais, quel que soit l'âge où apparaissent ces symptômes d'une virilité complète, il importe beaucoup de ne rien faire pour en hâter l'apparition, car ces développements précoces sont presque toujours suivis d'une vieillesse anticipée. Ainsi donc, le meilleur système d'éducation physique sera celui dans lequel un régime et les soins convenables fortifieront l'économie, et laisseront les organes génitaux dans un repos complet, il ne faut jamais solliciter leur action avant le terme fixé par la nature : il faut que cette fonction s'établisse spontanément, et sans aucune provocation physique ou morale. Plus l'imagination des enfants restera étrangère à ces impressions, plus l'économie aura le temps d'acquiescer de la force, et de pourvoir aux pertes que nécessitera, plus tard, l'accomplissement de ce grand acte.

La puberté, bien qu'elle annonce l'époque de la possibilité de la reproduction, ne doit cependant pas engager au coït : il faut attendre, en général, que le corps ait acquis son accroissement. Tous les législateurs de l'antiquité avaient reculé l'époque du mariage, et rien, en effet, ne donne d'aussi pauvres résultats que ces unions précoces.

L'homme, dans nos climats tempérés, est arrivé au point de complète organisation physique vers l'âge de vingt ans, et c'est alors seulement tout au plus qu'il est apte à procréer des enfants robustes. Il serait à désirer que l'on attendît plus longtemps qu'on ne le fait d'habitude pour marier les femmes, car les gestations précoces sont une cause de la faible santé des enfants. Ce n'est guère que lorsque les femmes ont vingt ans accomplis, qu'elles sont capables de donner le jour à des enfants vigoureux, et de les nourrir. Souvent, il est vrai, on peut trouver des exceptions à cette règle, et ces exceptions sont en faveur des individus d'une constitution robuste; dans la grande majorité des

cas, toutefois, on fera bien d'attendre que les organes aient atteint leur entier développement.

Si l'exercice du coït est fâcheux pour les individus très-jeunes, il l'est plus encore pour ceux qui ont atteint un âge avancé. Chez les vieillards, en effet, cet acte est suivi de graves accidents, qui sont, en particulier, les congestions et les hémorrhagies cérébrales, l'apoplexie pulmonaire. Dans le cas de maladie organique du cœur antécédente, ou même simplement d'ossifications un peu considérables de l'endocarde, on voit quelquefois la rupture du cœur, ou celle de poches anévrismales de l'aorte, s'opérer pendant l'acte du coït et déterminer une mort rapide. Une syncope plus ou moins grave est encore un des accidents qui peuvent se développer en pareil cas. Les vieillards doivent donc s'abstenir du coït. Quant à fixer l'âge, cela est difficile; il dépend de beaucoup de circonstances, qui sont la constitution robuste, l'abstinence observée pendant une partie de la vie, la bonne santé antérieure, l'absence d'excès. Lorsque ces conditions se présentent, l'âge où l'on doit cesser le coït est nécessairement reculé, tandis que dans les circonstances contraires il est avancé. On peut, en tout cas, fixer en moyenne à soixante ans le maximum de l'âge auquel l'homme doit cesser d'exercer le coït. En général, du reste, le sentiment de ce besoin ne se fait guère sentir que dans la période moyenne de la vie, et tout ce qui dépasse ce terme entraîne souvent des dangers.

En bonne hygiène, on doit proscrire le plaisir et ne permettre cet acte que comme satisfaction d'un besoin. Par malheur, les circonstances dénaturent cette sensation : on en fait une chose habituelle qui, sous ce rapport, occasionne des besoins factices et souvent dangereux. A défaut de conventions sociales et d'intérêts moraux, il y a de très-bonnes raisons en faveur de la chasteté et de la continence, et le médecin peut prêcher une doctrine que ne désavoueraient pas les casuistes les plus sévères. Oui, il y a de grands avantages à ne se livrer au coït que quand le besoin s'en fait sentir; il y a de grands avantages à ne pas provoquer des besoins artificiels par une habitude ou des stimulants appropriés, et, sous ce rapport, le *Traité de macrobiotique* d'Hufeland est parfaitement fondé. Mais cette doctrine ne plaît à personne, et le plus grand nombre ne consent pas à se soumettre au régime que nous préconisons. Dès l'adolescence, les sociétés, les lectures, l'exemple de chacun, excitent les desirs des jeunes gens des deux sexes, la puberté est provoquée, accélérée par tous les moyens imaginables; le délire des passions accroît ce feu, et la déplorable facilité que l'on trouve partout à satisfaire ce besoin impérieux, augmente son exigence, et ne permet pas d'y résister. Il est vraiment triste d'entendre

dire à des jeunes gens de quinze à dix-huit ans qu'ils ne peuvent se passer de femmes, et le dégoût que cause cette dépravation, morale plus encore que physique, ne peut être égalé que par celui que produit la lubricité d'un grand nombre de vieillards. De part et d'autre, il y a une honteuse aberration de sensibilité, qui entraîne les lésions les plus graves.

Le coït n'appartient donc qu'à la période moyenne de la vie, alors qu'il y a nécessité pour l'homme de se donner des successeurs et de perpétuer son espèce. Ce besoin physique reçoit une impulsion plus rapide, par suite du sentiment moral qui détermine un choix, une prédilection spéciale. En effet, la répugnance qui naît entre deux êtres efface bientôt ce sentiment, et l'homme le plus robuste peut être nul en pareil cas ; toutes les impressions morales un peu vives peuvent avoir ce résultat, et l'on connaît un grand nombre d'exemples d'un anéantissement complet des facultés viriles d'hommes jusque-là bien portants.

Il faut donc qu'en vertu d'une sorte de consensus, toutes les autres sensations cérébrales favorisent l'action du coït ; car il n'en est aucune qui puisse offrir des changements plus considérables que cette dernière, sous l'influence des agents moraux ou nerveux.

2° *Sexe.* — Quant aux femmes, leur action étant presque toujours nulle dans l'exercice de cette fonction, elles peuvent demeurer passives, sans que cela nuise à son accomplissement : aussi n'y a-t-il rien de particulier à en dire.

3° *Constitution.* — La sensation de plaisir qu'occasionne le coït a toujours été considérée comme ayant une influence très-grande sur l'état du cerveau ; on sait, en effet, qu'après des excès dans ce genre, les facultés intellectuelles sont notablement affaiblies, que les sens sont dans le même cas, et que, par conséquent, c'est le cerveau lui-même qui souffre de cette violation d'un bon régime. D'un autre côté, l'accomplissement régulier et modéré de cette importante fonction a de notables avantages, et beaucoup d'hommes doués d'une certaine énergie vitale ne peuvent s'en abstenir longtemps sans un trouble évident de toutes les fonctions sensibles. On doit donc avoir égard à la constitution de l'individu, à son âge, à ses prédispositions organiques, et ne pas exposer l'organisme à des lésions qu'il est toujours facile de prévenir.

Certaines fonctions ont une influence remarquable sur le coït. Les actions excessives de tous les organes de la vie de relation détruisent les désirs, et l'on sait, depuis longtemps, que le travail prolongé laisse peu de place aux idées d'amour physique. D'un autre côté, ce genre de sensation a l'inconvénient

de troubler des fonctions importantes ; le phénomène de la digestion, par exemple, ne peut s'accomplir régulièrement quand on pratique le coït peu de temps après le repas ; il en résulte souvent des accidents sérieux, tels que de violentes indigestions ou des congestions cérébrales. Quoique des gens robustes et jeunes puissent se permettre de tels écarts de régime, sans beaucoup d'inconvénients, il faut cependant se régler sur les faits généraux et non pas sur les exceptions.

4° *Climat.* — Dans l'appréciation des circonstances qui peuvent exercer une influence sur le besoin du coït, on ne doit pas oublier l'action des climats. La chaleur, ainsi que cela a déjà été dit plus haut, augmente la sécrétion spermatique, excite le besoin du coït, favorise les excès vénériens, et conduit les habitants des pays chauds à des abus qui sont la cause de la polygamie, de la sodomie, etc. Ce sont ces excès qui, malgré la grande fécondité des peuples méridionaux, amènent la décadence physique et morale des habitants de ces contrées. Dans les climats froids, on observe précisément le contraire ; le besoin du coït se fait moins sentir, le froid engourdit les facultés génitales, et la nécessité de les satisfaire est plus rare. Il en résulte une génération plus robuste et plus active.

2° De l'abstinence du coït.

La privation du coït peut-elle déterminer des accidents spéciaux ? La solution de cette question n'est pas aussi simple qu'on pourrait le croire. Si l'on considère les individus à constitution faible, débile et délicate, à tempérament lymphatique, il est incontestable que la privation des plaisirs vénériens ne saurait avoir une influence fâcheuse sur la santé de pareils sujets. Mais chez des individus d'une constitution forte, robuste, il en est autrement.

Dans le plus grand nombre des cas de ce genre, aucun accident particulier ne se développe, et des pollutions nocturnes abondantes, accompagnées de rêves érotiques, viennent presque toujours rétablir l'équilibre et servir de phénomènes critiques. Il est rare qu'il n'en soit pas ainsi, mais enfin cela peut être, et, quand les pollutions critiques n'arrivent pas, on peut observer certains phénomènes sur la nature desquels tous les médecins ne sont pas d'accord, et qu'on attribue généralement à la pléthore spermatique.

Ces accidents sont : un sentiment général de torpeur, de malaise et d'impatience ; des érections fréquentes et répétées, se développant spontanément à la simple vue d'une femme, ou