La prolongation de la vie selon le Dr Bogomolets

[[Cet ex président de l'Académie des sciences de l'Ukraine est mort récemment à l'âge de 65 ans à la suite d'une maladie de cœur incurable. Il ne put, pour des motifs médicaux, utiliser le sérum ou recourir à des mesures qui auraient pu prolonger son existence. Il avait consacré sa vie à l'étude des causes de la vieillesse.]]

Cela peut paraître paradoxal, mais un homme de 60 à 70 ans est encore jeune : il n'a vécu que la moitié de sa vie naturelle. Ce qu'on considère comme vieillesse n'est qu'un phénomène anormal, prématuré. Il faut lutter contre la vieillesse comme on combat n'importe quelle autre maladie.

Le fameux naturiste Naegeli a affirmé qu'il n'y a pas de mort naturelle dans la nature. Il cite des arbres qui ont vécu plusieurs milliers d'années et qui ont péri, non par épuisement de vitalité, mais à la suite de quelque accident, par exemple le fameux dragonnier de la ville d'Oratava, Teneriffe, qui fit l'admiration de Humboldt. Le tronc était creux, mais cet arbre gigantesque continua son existence jusqu'à ce qu'il fut abattu par un ouragan. On affirme également que le baobab vit 5 à 6.000 ans. Voici quelques chiffres quant à la durée de l'existence de certains arbres : pin : 70 ans ; Hêtre : 1.000 ans ; sapin : 1.200 ans ; cèdre du Liban, châtaigniers, chêne : 2.000 ans ; cyprès, if : 3000 ans.

Il est possible, lorsque le secret de cette longévité aura été découvert par la science, que sa connaissance soit utile dans la lutte livrée pour la prolongation de la vie humaine.

Quelle est la durée normale de la vie ? Aristote avait énoncé que plus il faut de temps à un organisme pour atteindra son

plein développement, plus sa vie est longue. Buffon considère que la durée probable de vie d'un animal s'élève de cinq à sept fois la longueur de la période éxigée pour qu'il arrive à sa pleine croissance.

Si l'on admet que le développement de l'organisme s'achève quand les os s'arrêtent de croître, nous arrivons aux résultats suivants concernant les animaux (les chiffres indiqués par Buffon étant plus ou moins corrects) :

	Durée en année	
	croissance	longévité
Chien	2	10 à 15
chat	1,5	8 à 10
Bœuf	4	20
Cheval	5	20 à 30
Chameau	8	40

L'homme atteignant son plein développement entre 20 et 25 ans, il devrait, selon la formule de Buffon, vivre en moyenne 150 ans.

Il n'est pas une seule autorité médicale qui, ayant étudié le problème de la longévité humaine, ne soit parvenu à cette conclusion que la mort de l'être humain avant cent ans a pour cause une accumulation des circonstances défavorables, telles que la maladie, le surmenage, le manque d'hygiène personnelle ou sociale.

Haller, le fameux physiologiste du 18e siècle, considérait deux siècles au moins comme limite normale de l'être humain. Hufeland partageait la même opinion. D'ailleurs l'histoire abonde en récits de cas de longévité. En voivi quelques-uns :

Saint Mungo, premier évêque de Glasgow, atteignit 185 ans. P. Kizarten (Autriche) mourut à 185 ans, son fils comptant alors 95 ans. G. Jankins, un anglais du Yorkshire, mourut à 169 ans.

Le célèbre Thomas Parr vécut. pendant 152 ans la rude existence d'un fermier. À 120 ans, il se remaria avec une veuve avec laquelle il vécut 12 ans. Il était doué d'une telle vitalité que sa femme ne se rendait pas compte de son âge véritable. Il survécut à neuf rois d'Angleterre. Invité à la Cour, il y mourut à la suite d'excès de nourriture et de boisson. Le fameux Dr Harvey qui l'autopsia ne découvrit dans ses organes aucune altération due à la vieillesse.

En 1797, le norvégien Joseph Gurrington succomba à l'âge de 160 ans. Il laissait une jeune veuve et de nombreux enfants issus de plusieurs mariages. Son fils aîné comptait alors 103 ans et son plus jeune rejeton 9 ans.

Rolleston parle d'un couple hongrois. Jean Roven et sa femme qui vécurent ensemble, et heureux, 117 ans durant. Jean monrut à 172 et Sarah à 164 ans.

Selon Legrand. un danois du nom de Drakenberg vécut 152 ans. À 68 ans, il fut capturé par les Arabes et vécut dans l'esclavage jusqu'à 83 ans. À 90 ans on le retrouve sur un navire en qualité de marin. À 111 ans, il se maria. Le peintre Kramer a reproduit les traits de Drakenberg à 139 ans. C'est le portrait d'un vieillard vigoureux. Finalement, la boisson eut raison de lui.

Le chirurgien français Guéniot, auteur d'un ouvrage intitulé *Comment vivre cent ans*, et qui vécut lui-même 103 ans, a établi une liste de cas de longévité exceptionnels, dont l'authenticité ne laisse aucun doute. Citons celui d'Elizabeth Durieux, aubergiste lyonnaise, qui mourut à Lyon a 110 ans.

Si l'on objecte qu'il s'agit là de cas recueillis à l'étranger ou remontant à une époque éloignée, le Dr,Alex. Bogomolets répond que dans son pays, en U.R.S.S., il appert de recherches effectuées avec soin que ce vaste territoire contient 30.000 personnes ayant dépassé 100 ans.

En 1927, Henri Barbusse visitant le village de Laty, près de

Soukhoum, y rencontra un paysan du nom de Shakovsky, âgé de 140 ans. Barbusse fut surpris de sa vitalité, de son agilité, de la résonance de sa voix, de la clarté de son regard. Sa troisième femme avait 82 ans et sa plus jeune fille 26 ans. Ainsi, ayant dépassé 110 ans, Shakovsky était encore viril.

En 1927 également. il y avait à Novoborisov. en Russie Blanche. une femme de 130 ans, du nom de Marisiana Maliarevitch, capable d'accomplir une marche de cinq lieues.

De nombreux cas d'inhabituelle longévité ont été observés le long du fleuve Ulakh, dans l'extrême est russe. Le plus âgé des habitants de la région nombre 136 ans. Il est actif, fend du bois, s'occupe des travaux ménagers.

À la clinique de Pathologie de la vieillesse est mort récemment d'une maladie infectieuse un certain Machoukhine, âgé de 123 ans. L'année de sa naissance se trouvait inscrite sur le registre paroissial. Au moment où il mourut, il n'avait cessé de travailler aux champs que depuis trois ans.

À Abkhazia, un nommé Khapara Knout trépassa à l'âge de 155 ans. Au village de Tchilov. tout près de là, vit un certain Madezachva, âgé de 150 ans et grand lecteur lecteur de journaux locaux.

Au cours de l'automne de 1937 l'Académie des Sciences de l'Ukraine envoya une petite mission pour étudier les habitants de Soukhoum. Dix jours ne s'étaient pas écoulés qu'ils avaient découvert une douzaine d'hommes de 107 à 135 ans. Tous ces vieillards se portaient bien, ne présentaient aucune infirmité et s'avéraient hospitaliers. L'un d'entre eux se montrait anxieux de se remarier.

On considère 80 ans comme un âge avancé. Cependant on pourrait citer nombre de gens célèbres qui ont atteint et même dépassé cet âge, conservant jusqu'à la fin leur capacité de travail créateur et assez fréquemment leur ferveur juvénile, un accident ou une maladie infectieuse tranchant le fil de leurs

jours.

Goethe mourut à 83 ans, de pneumonie. Or, c'est dans l'année précédant son décès qu'il avait achevé la seconde partie de Faust. Jusqu'au jour de sa mort„ il avait conservé son talent créateur, sa capacité de travail et s'était intéressé à l'éternel féminin. Victor Hugo mourut à 83 ans, plein de vie et sans avoir rien perdu de sa puissance créatrice. Le Titien mourut à 99 ans de la peste, à 95 ans il avait achevé son fameux tableau : *le Christ couronné d'épines*, Corot exécuta l'un de ses chefs-d'œuvre le 80e anniversaire de sa naissance. Michel-Ange mourut à 89 ans, n'ayant renoncé jusqu'à sa dernière heure ni à son activité ni à ses manies. Le peintre Waldeck, qui mourut à 109 ans, exposa une nouvelle série de tableaux à 101 ans. Auber composa sa dernière opérette, *Rêve d'amour*, en 1869, à 87 ans, deux années avant sa mort.

Nul de ces hommes célèbres n'interrompit son œuvre créatrice.

L'ennui vieillit une foule de gens. « L'ennui est très dangereux » écrit Hufeland – au physique comme au mental. Que remarque-t-on chez un homme ennuyé ? Qu'il se met bailler, ce qui implique un encombrement du passage du sang dans les poumons. La force du cœur et des vaisseaux sanguins est affaiblie par l'ennui. Une congestion sanguine locale se produit alors. Les organes de la digestion sont affectés à leur tour. Apparaissent alors la fatigue, la lourdeur, l'indigestion. Le malheureux devient. hypocondriaque... *Il n'est aucun paresseux qui soit mort vieux. Seuls ceux qui mènent une vie active parviennent a la vieillesse.* De même, est-il impossible de parvenir à un grand âge avec un mauvais estomac. Il y a une grande part de vérité dans cette affirmation que les exagérations, la tristesse, les insultes n'ont pas de prise sur un bon estomac. De toutes les activités humaines qui influencent le corps et l'esprit, le *rire* est le plus sain. Le rire facilite la digestion, la circulation du sang, l'excrétion de la sueur ; il possède un effet

rafraichissant sur la force de tous les organes.

[|* * * *|]

Venons-en maintenant aux facteurs qui amènent une vieillesse prématurée. Pourquoi la majorité des hommes n'atteignent-ils pas cent ans ? I. existe de nombreuses ses raisons qui causent la sénilité et le trépas précoce.

En premier lieu, les raisons sociales : la faim, le froid, la vie en des taudis surpeuplés où le soleil ne pénètre que rarement ; des occupations, des besognes qui ne procurent aucune joie ; la pauvreté, résultat du chômage. Toutes ces causes favorisent l'éclosion de maladies menant à une tombe prématurée.

Le second groupe de motifs est d'ordre biologique. L'un d'eux est l'empoisonnement chronique de l'organisme, empoisonnement auquel, tant qu'il existe, il est sujet systématiquement. Ces poisons proviennent de l'extérieur : ils se trouvent dans les aliments avariés, dans l'air pollué, dans une nourriture inappropriée.

Tandis que les infections aiguës, comme le typhus, la diphtérie, la scarlatine peuvent laisser une empreinte durant toute l'existence sur les organes tels que le cœur et les reins, des maladies mineures comme la grippe, les maux de gorge, les rhumes ont des conséquences très fâcheuses pour la santé. La tuberculose et la syphilis, à cause des troubles qu'elles provoquent dans l'organisme sont des obstacles très sérieux à l'acquisition d'une vie longue, normale.

L'alcool à larges doses est le poison le plus violent qui soit par son action sur toutes les cellules du corps, spécialement sur le système nerveux et les tissus en dépendant.

L'usage immodéré du tabac a souvent pour effet le spasme des artères alimentant les parois du cœur. L'afflux insuffisant de sang au muscle cardiaque au cours du spasme produit de menues

mais nombreuses zones d'atrophie (ou de mort) dans les fibres musculaires. Le muscle cardiaque ne s'en guérit jamais complètement et s'affaiblit prématurément.

Selon Melchinikoff, c'est dans le gros intestin que sont engendrées les ptomaïnes qui empoisonnent et vieillissent l'organisme. On sait que pour arrêter cette auto-intoxication, il conseillait l'emploi de *kéfir* (lait fermenté) ou mieux encore du lait de beurre, la présence d'un grand nombre de bacille lactique entravant le développement des bactéries putréfactive.

Une autre cause de vieillesse prématurée est le déséquilibre des glandes. À la base du cerveau l'on rencontre la glande pituitaire qui a le volume d'un pois. Si on l'enlève à un petit chien, par exemple, l'animal grandit à peine, engraisse, n'atteint jamais la maturité sexuelle, ne se développe jamais physiquement et mentalement et meurt bien avant son terme de vie normal. En avant de la gorge on trouve la glande thyroïde qui exerce une influence sur la croissance et le développement du corps. Le pancréas sécrète directement dans le canal intestinal une humeur riche en enzymes essentielles à la digestion. Il produit aussi l'insuline. Au-dessus des reins sont situées deux petites glandes – les adrénales – produisant l'adrénaline, hormone réglementant le fonctionnement du système nerveux sympathique.

On a essayé le rajeunissement du corps par la transplantation de glandes ou parties de glandes sexuelles, ou encore l'emploi d'hormones. Les résultats n'ont pas été durables en général. D'ailleurs les glandes sexuelles ne commandent pas à elles seules la longévité, puisqu'il est reconnu que des hommes et des animaux châtrés ont une dureté de vie normale.

Toutes ces glandes – pituitaire,. thyroïde, pancréas, sexuelles – agissent. les unes sur les autres et le reste du corps, engendrant une réglernentation chimique et la coordination des fonctions organiques. C'est pourquoi la

biologie actuelle incline à attribuer un rôle important, dans le vieillissement du corps, à l'épuisement du système endocrinal ou glandulaire.

L'état du système nerveux est très important, surtout là où il règle le fonctionnement des organes internes : le rythme et la vigueur des contractions du cœur, l'élasticité des vaisseau sanguins, la sécrétion des humeurs digestives, de l'urine, des hormones, les processus biochimiques d'assimilation et de désassimilation concernant 1e foie et tous les tissus et organes en général.

Si cette partie du système nerveux échappe au contrôle de la conscience, il peut cependant être influencé par nos émotions. Comme Hufeland l'avait remarqué, parmi les influences qui tendent à abréger la vie une place de premier plan revient à la tristesse, à la dépression morale, à la crainte, au désir, à la timidité, à l'envie, à la haine. La peur contracte tous les capillaires. Le. cœur se gorge et ne peut plus battre librement ; la digestion est troublée, des crampes et la diarrhée s'ensuivent. C'est ainsi que la peur produit tous les, symptômes typiques d'un poison à lent effet et abrège la vie.

(à suivre)