

souvent mortelles. En général elle évolue rapidement, de quatre à dix jours.

Les principales complications de la grippe sont l'inflammation des poumons, la bronchite, la pleurésie, le rhumatisme. etc.

Le traitement hygiénique consiste au séjour à la maison. Dans les cas sévères, repos au lit, un bain de pieds sénapisé, boissons chaudes adoucissantes, alimentation légère. Dans les cas de grippe un peu sévères il vaut mieux requérir les soins du médecin.

La convalescence doit être bien surveillée.

*
* *

La guérison de la consommation n'est pas au fond de la croyance populaire. Cependant il est aujourd'hui avéré que la consommation est curable sous toutes ses formes et à tous ses degrés. Nous en parlerons longuement dans le No de janvier prochain.

DR J.-I. DESROCHES.

LE PAIN NATUREL

“ Le joli pain blanc d'aujourd'hui débite l'estomac, tandis que le pain naturel fortifie.”

DR GOYARD.

“ Le son est bienfaisant, et veut être consommé.”

DR GRAHAM.

Nous avons eu déjà occasion de signaler à nos lecteurs les nom-

Un des invités de Mérien s'excusait de ne pouvoir déjeuner. Retenu à l'improviste par sa sœur, il n'avait pu refuser, à cause du jour de l'An.

— Vous ne mettez que deux couverts, fit Robert. A moins, ajouta-t-il en décachetant une enveloppe perdue sous des cartes de visite, à moins que... oui, c'est l'écriture de Trémonts, attendez. — Et il lut à demi-voix.

— Encore un lâcheur ! Décidément, vous ne mettez pas de couverts du tout ; je sors.

Sautant en bas de son lit, il passa dans le cabinet de toilette, après avoir pris son chocolat en grognant :

— Comme se serait drôle de déjeuner seul, un jour comme celui-ci ! Non, merci, je préfère aller au cercle.