

## LA GRIPPE

Dans le numéro de décembre de ce journal nous n'avons pas parlé longuement de la grippe, parce qu'elle n'avait pas encore fait son apparition en Canada, parce que les journaux scientifiques de la France ne nous avaient encore rien dit sur son caractère épidémique. De plus, la grippe ou influenza est plus que jamais l'objet d'investigations scientifiques dans les laboratoires, et est, par conséquent, exposée à devenir d'un jour à l'autre, une maladie classée en hygiène, suivant sa nature et ses modes de propagation. Alors nous connaissons mieux les moyens de s'en protéger. C'est pourquoi aussi le Conseil Provincial d'Hygiène n'a pas cru devoir promulguer des mesures sanitaires pour essayer d'enrayer la marche de ce fléau.

L'épidémie de grippe qui sévit, actuellement en Europe et sur ce continent, a été signalée d'abord en Russie. Elle passa ensuite en France, où elle établit son siège de prédilection à Paris.

Dans les premiers jours de janvier, on constata qu'elle avait traversé l'Océan pour les Etats-Unis et le Canada. Montréal a reçu, une très large part, de ses affections qui jette l'affolement partout. Mais, hâtons-nous de dire que cette terrible inconnue, l'épouvantable grippe, n'est autre chose que cette naïve grippe qui nous visite chaque année aux changements de saison, avec cette différence toutefois qu'elle a pris cet hiver un caractère épidémique.

Qui de vous, lecteur, n'a pas, dans son existence, souffert tant soit peu de cette désagréable grippe, et n'a pas été forcé de garder la maison durant quelques jours? Nous n'avons donc pas à nous étonner de cette nouvelle promenade de la grippe au milieu de nous,

quand nous songeons à la saison malsaine que nous traversons.

Ce qui caractérise l'épidémie que nous subissons, c'est son début brusque. On est pris instantanément, et aussitôt le mal commence: frisson plus ou moins accentué, mal de tête parfois très violent, courbature générale, lassitude, douleurs dans tous les membres et à la région intérieure de la poitrine, quelquefois nausées et vomissements, les yeux sont larmoyants. Dès le début, il y a enchiffrement du nez et inflammation de la gorge, ce qui provoque une toux sèche. Tout ce cortège de symptômes ne se montre pas toujours dès le début, et, parfois, il est difficile de reconnaître quelle maladie menace le malade.

Le mal est soudain et la convalescence est prompte. La durée de la grippe que nous observons à Montréal est très courte, et quatre à huit jours suffisent le plus souvent pour amener la guérison.

Vous devez redouter la grippe, si bénigne qu'elle soit, et il n'est pas toujours sans danger de l'abandonner à elle-même. Ainsi, vous sentez-vous malade, la première indication est de vous soustraire aux influences atmosphériques. Dans les cas légers, le repos et les infusions de baume de jardins (menthe sauvage), d'herbes à dindes (millefeuilles), de tilleul, les bains de pieds sont requis et suffiront pour rendre le malade à la santé. Dans les cas plus sévères avec accès de fièvre intermittente, le sulfate de quinine agira comme fébrifuge, et comme tonique. Chez les personnes *influencées* où les douleurs sont intenses, le bromhydrate de quinine ou l'antipyrine seront toujours utiles. On se trouvera bien de la vaseline camphrée pour l'enchiffrement du nez.

La toux exige une médication. Le