



# Grippe porcine

## Prudence et sérénité

### Les risques!

Il est difficile d'évaluer précisément la dangerosité de la maladie. Les données disponibles indiquent que, chez la plupart des malades, la grippe pandémique provoque des symptômes légers, ou de gravité moyenne: les patients guérissent souvent sans traitement. En Amérique et en Europe toutefois, plusieurs personnes sont décédées. La plupart souffraient de maladies chroniques, mais d'aucuns étaient en bonne santé.

### La grippe porcine, c'est quoi?

Cette forme de grippe particulière est causée par une nouvelle souche virale.

Elle résulte de la combinaison de deux virus porcins, d'un virus aviaire et d'un virus humain, d'où son nom de « grippe porcine ». Cette dénomination est d'autant plus trompeuse que la maladie ne circule pas chez les porcs mais chez les humains. Le virus qui a fait son

apparition au Mexique, se transmet d'un être humain à l'autre : il est véhiculé par le contact avec une personne ou des surfaces contaminées.

#### Les symptômes

Les symptômes sont quasiment les mêmes que ceux de la grippe saisonnière: une infection aiguë des voies respiratoires accompa-

gnée d'une fièvre dépassant 38°C. Il peut toutefois ne pas y avoir de fièvre. Le plus souvent, les malades souffrent de maux de gorge, de toux et d'un rhume.

D'autres signes existent: frissons, maux de tête, douleurs musculaires et articulaires. Fatigue et manque d'appétit sont en outre possibles, voire même nausées, vomissements ou diarrhées.

### Comment se protéger?

Il est essentiel de se laver fréquemment les mains avec du savon. Il faut aussi éviter le plus possible de se toucher les yeux, le nez ou la bouche. En effet, il est possible de contracter la maladie après avoir touché de la main une surface (p. ex., une poignée de porte, une table ou la main d'une autre personne) contaminée par le virus et, ensuite, de porter celle-ci à ses yeux, son nez ou sa bouche. Des études ont montré que le virus peut rester infectieux durant plusieurs

heures lorsqu'il se trouve sur de telles surfaces. Toute personne qui tousse ou éternue doit absolument se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir jetable ou, à défaut, éternuer dans la partie intérieure du coude.

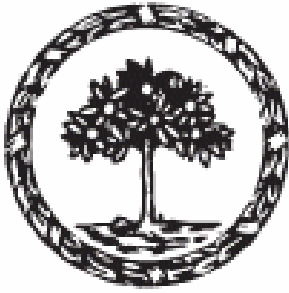
Si l'on se rend ou si l'on vit dans une zone à risque accru d'exposition, il faut éviter les poignées de mains et les embrassades ainsi que le contact étroit avec des personnes présentant des symptômes

grippaux (maintenir une distance d'un mètre au moins). En outre, il est recommandé d'emporter dans ses bagages des masques d'hygiène et utiliser un gel alcoolique spécifique en vente dans votre pharmacie.

La liste des zones à risque accru figure dans le rapport de situation que l'Office fédéral de la santé publique publie sur son site ([www.bag.admin.ch/influenza/06411/index.html?lang=fr](http://www.bag.admin.ch/influenza/06411/index.html?lang=fr)).

#### Faut-il s'équiper de masques et quand les porter ?

Il est recommandé de se constituer une réserve de 50 masques d'hygiène ( en vente dans votre pharmacie) par personne. Le masque ne garantit pas une protection absolue. Il peut contribuer à circonscrire la propagation du virus. La personne malade évite ainsi de contaminer son entourage.



## Les liens utiles

### A Neuchâtel

[www.ne.ch](http://www.ne.ch)

*en particulier*

[www.ne.ch/neat/site/jsp/rubrique/rubrique.jsp?styleType=bleu&CatId=9179](http://www.ne.ch/neat/site/jsp/rubrique/rubrique.jsp?styleType=bleu&CatId=9179)

*recommandations*

<http://www.ne.ch/neat/site/jsp/rubrique/rubrique.jsp?styleType=bleu&DocId=28338>

### En Suisse

[www.pandemia.ch](http://www.pandemia.ch)

*en particulier*

[www.bag.admin.ch/influenza/06411/index.html?lang=fr](http://www.bag.admin.ch/influenza/06411/index.html?lang=fr)

## Le virus actuel peut-il muter et devenir plus dangereux ?

L'une des caractéristiques des virus de la grippe est qu'ils peuvent muter facilement. Il est possible que le virus qui circule actuellement se transforme en un agent pathogène virulent – et entraîne des complica-

tions plus nombreuses ou plus graves. La première vague de la grippe espagnole, en été 1918, avait été relativement peu agressive. En automne 1918, le virus était réapparu sous une forme beaucoup plus dange-

reuse et virulente. Les deux dernières pandémies, en 1957 et 1968, ont toutefois connu une évolution moins agressive. On ne peut donc pas prédire comment le virus actuel évoluera.

## Y a-t-il des personnes présentant des risques particuliers ?

Pour l'heure, il est difficile de savoir si les cas se répartissent en fonction de certaines tranches d'âge. Il semble que la grippe pandémique (H1N1) 2009 touche toutes les tranches d'âge, en particulier les enfants, les adolescents et les jeunes adultes. D'après les dernières données, il y a un risque accru

de complication pour les personnes souffrant de maladies chroniques (affections respiratoires ou circulatoires, troubles du métabolisme ou troubles rénaux), les femmes enceintes, les enfants en bas âge.

Une femme enceinte présentant des symptômes grippaux et ayant pu être en

contact avec le virus A(H1N1) devrait sans attendre contacter son pharmacien ou son médecin. Elle lui précisera les symptômes ressentis et l'informer sur les possibles expositions à l'infection. Le pharmacien ou le médecin s'occuperont ensuite de la procédure à suivre.

## Que faire lorsqu'on présente des symptômes grippaux ?

Un adulte infecté est contagieux dès la veille du jour où apparaissent les premiers symptômes. Il reste contagieux pendant 3 à 5 jours. Pour les enfants, ce délai est doublé.

Dans la mesure où le risque de contagion existe avant l'apparition clinique de la ma-

ladie, il est important de rentrer chez soi dès que l'on commence à se sentir mal et que les symptômes grippaux apparaissent. Une fois la grippe confirmée, il faudrait absolument demeurer chez soi durant plusieurs jours.

Si vous devez vous rendre chez le méde-

cin, en pharmacie ou à l'hôpital, il est opportun de respecter les règles d'hygiène et de sécurité édictées: port du masque (le cas échéant disponible sur place), maintien d'une distance d'un mètre au moins avec les autres personnes, hygiène des mains (gel alcoolique) exemplaire.