

FICHE D'INFORMATION DE SANTÉ PUBLIQUE

Grippe H1N1 (grippe porcine)

Massachusetts Department of Public Health, 250 Washington Street, Boston, MA 02108

Qu'est-ce que la grippe H1N1 ?

La grippe H1N1, également appelée « grippe porcine », est une maladie respiratoire qui affecte le porc. Elle est causée par un type de virus grippal porcine. Les épidémies de grippe porcine sont fréquentes chez le porc. La grippe porcine ne se transmet généralement pas à l'homme. Cependant, les cas d'infection chez l'homme peuvent survenir. La plupart du temps, ces cas surviennent chez des personnes en contact direct avec des porcs. Mais les virus grippaux porcins peuvent être transmis d'une personne à une autre. Depuis mars 2009, de nombreux cas de ce nouveau type de grippe H1N1 ont été enregistrés aux États-Unis et dans le reste du monde.

Quels sont les symptômes de la nouvelle grippe H1N1 chez l'homme ?

Les symptômes de la grippe porcine s'apparentent à ceux de la grippe saisonnière (ou humaine). Comme avec la grippe humaine, les symptômes les plus courants sont la fièvre, la toux et les maux de gorge. Ils peuvent également inclure les douleurs musculaires, les maux de tête, les frissons et la fatigue. Certaines personnes souffrent également de diarrhée et de vomissements. Certaines personnes atteintes de la grippe porcine ont été plus malades et sont décédées.

Comment savoir si je souffre de la nouvelle grippe H1N1 ?

Si vous souffrez des symptômes de la grippe décrits ci-dessus, et plus particulièrement si vous vous êtes récemment rendu(e) dans une zone où des cas humains de grippe porcine ont été enregistrés, veuillez contacter votre professionnel de santé qui décidera du type d'examen et de traitement qui convient. Pour diagnostiquer tout type de virus grippal, le médecin doit effectuer un prélèvement de l'intérieur du nez du patient. L'identification du virus grippal porcine nécessite des tests spéciaux en laboratoire.

Si vous pensez être atteint(e) de la grippe porcine et souhaitez consulter votre professionnel de santé, appelez-le à l'avance pour l'informer qu'il se peut que vous ayez la grippe. Ainsi, il pourra prendre les précautions nécessaires afin d'éviter que la maladie ne soit transmise à d'autres.

Comment traiter la nouvelle grippe H1N1 ?

Les personnes atteintes de tout type de grippe doivent boire suffisamment de liquide, se reposer, manger sainement, se laver fréquemment les mains et rester à la maison afin d'éviter de transmettre la maladie à d'autres personnes. Les médicaments de type antiviral permettant de soigner la grippe saisonnière peuvent également être utilisés pour soigner la grippe porcine. Quelques virus grippaux, dont le tout dernier virus grippal porcine, résistent à certains de ces médicaments, mais pas à tous. Les professionnels de santé peuvent recommander aux personnes infectées ou qui semblent être infectées par la grippe porcine de suivre un traitement antiviral.

Que faire si je me suis rendu(e) dernièrement dans une région où des cas humains de la nouvelle grippe H1N1 ont été enregistrés ?

Si vous vous êtes récemment rendu(e) dans une zone affectée par la grippe porcine, soyez attentif(ve) à tout symptôme éventuel de la grippe. Si vous présentez de tels symptômes, restez chez vous afin d'éviter d'infecter d'autres personnes et contactez votre professionnel de santé. Celui-ci décidera du type d'examen et de traitement qui convient. Pour diagnostiquer tout type de virus grippal, le médecin doit effectuer un prélèvement de l'intérieur du nez du patient. L'identification du virus grippal porcine nécessite des tests spéciaux en laboratoire.

Existe-t-il un vaccin contre la grippe porcine ?

Non. Pour l'instant, il n'existe aucun vaccin contre la grippe porcine. Selon le CDC (Center for Disease Control), il est peu probable que le vaccin contre la grippe saisonnière ne prévienne la grippe porcine. Cependant, le gouvernement fédéral travaille actuellement avec les laboratoires en vue de développer un vaccin qui devrait être disponible dans plusieurs mois.

Comment puis-je me protéger et protéger les autres contre la nouvelle grippe H1N1 ?

Vous pouvez vous protéger et protéger les autres contre la grippe porcine de la même manière que s'il s'agissait de la grippe saisonnière. Évitez de d'êtreindre ou d'embrasser toute personne souffrant d'un rhume ou de la grippe ou de leur serrer la main. Lavez-vous souvent les mains avec du savon et de l'eau chaude, ou utilisez un gel désinfectant sans alcool. Évitez de toucher votre nez, votre bouche ou vos yeux. Nettoyez les objets que vous touchez souvent, tels que les poignées de porte, les téléphones, etc. En cas de symptômes grippaux, restez chez vous et ne vous rendez pas à l'école ou au travail. Vous éviterez ainsi d'entrer en contact avec d'autres personnes et de répandre la maladie.

Toute personne souffrant de la nouvelle grippe H1N1 ou d'une maladie s'apparentant à la grippe, et n'étant pas hospitalisée, doit rester chez elle afin d'éviter de contaminer d'autres personnes.

Les personnes souffrant d'une maladie s'apparentant à la grippe doivent suivre les conseils suivants durant leur repos à la maison :

- Se renseigner auprès de leur professionnel de santé concernant tout soin particulier dont elles auraient besoin en cas de grossesse ou de condition de santé particulière (par ex. diabète, maladie du cœur, asthme et emphysème)
- Se renseigner auprès de leur professionnel de santé concernant la prise éventuelle de médicaments antiviraux
- Rester chez elles 7 jours minimum après le début de la maladie ; ou attendre 24 heures après la disparition des symptômes (y compris la fièvre), quel que soit le délai le plus long
- Bien se reposer
- Boire beaucoup de liquides (par ex. eau, bouillon, boissons sportives, boissons électrolytiques pour nourrissons) pour éviter la déshydratation
- Se couvrir le visage lorsqu'elle tousse ou éternue. se laver souvent les mains avec du savon et de l'eau, ou un gel désinfectant sans alcool, et particulièrement après avoir utilisé un mouchoir, ou après avoir toussé ou éternué dans ses mains
- Ne jamais tousser en direction d'une autre personne
- Éviter tout contact étroit avec d'autres personnes - ne pas aller à l'école ou au travail durant la maladie
- Prêter attention aux signes d'alerte (voir ci-dessous) pouvant indiquer le besoin de consulter un médecin.

Appeler immédiatement un médecin si le malade à la maison :

- A du mal à respirer ou souffre de douleurs thoraciques
- A les lèvres bleues ou violettes
- Vomit et ne peut garder les liquides
- Montre des signes de déshydratation, tels que des vertiges lorsqu'il est debout, l'impossibilité d'uriner ; ou chez le nourrisson, l'absence de larmes lorsqu'il pleure

- Est pris de crises (par ex. convulsions incontrôlées), est moins réceptif qu'à la normale ou est désorienté.

Si une personne de mon foyer est malade, et que je ne le suis pas, dois-je rester chez moi ?

Il n'est pas nécessaire de rester chez vous ou de ne pas aller à l'école si vous n'êtes pas malade. Cependant, il vous est recommandé de limiter autant que possible les contacts non nécessaires avec d'autres personnes. Si vous tombez malade, et souffrez plus particulièrement de fièvre, de toux, de maux de gorge et de fatigue, vous devez rester chez vous et éviter dans la mesure du possible les contacts avec d'autres personnes.

Puis-je cuisiner et manger du porc et des produits à base de porc en toute sécurité ?

Oui. Consommer et cuisiner le porc et les produits à base de porc correctement manipulés est sans danger. Les virus de la grippe ne se transmettent pas par la nourriture. Vous ne pouvez pas attraper la grippe porcine en mangeant du porc ou des produits à base de porc.

Pour obtenir de plus amples informations concernant la grippe saisonnière, la pandémie de grippe, et la grippe aviaire et porcine, veuillez consulter les sites Web mentionnés ci-dessous ou contacter le ministère de la santé publique du Massachusetts, Service Épidémiologie et Immunisation au 617-983-6800.

- **Site Web du Ministère de la santé publique du Massachusetts consacré à la grippe**
<http://www.mass.gov/dph/swineflu>
- **Sites Web du CDC (Center for Disease Control) consacré à la grippe H1N1**
<http://www.cdc.gov/swineflu/>

4 mai 2009