

Le conseil du Dr GROG

Aurons nous une épidémie de grippe cette année ?

Trois mois après le signalement des premiers cas de grippe, ce virus ne semble pas vouloir devenir épidémique, ni en France ni en Europe de l'Ouest. Par comparaison, en 2003, le virus, signalé dès octobre avait très rapidement entraîné une épidémie atteignant son point culminant au début du mois de décembre. Peut-on imaginer un hiver 2004/2005 sans épidémie?

▪ De la grippe chaque hiver

Il existe plusieurs types de virus grippaux qui, chaque année, circulent au cours de l'hiver. Cette circulation est bien mise en évidence par le travail des médecins vigies des Groupes régionaux d'Observation de la Grippe (GROG) : en faisant des prélèvements dans le nez ou la gorge de quelques-uns de leurs patients grippés, ils permettent aux laboratoires de virologie spécialisés de confirmer, chaque année, la présence du ou des virus grippal et de les étudier avec précision.

▪ Circulation du virus ne veut pas dire épidémie

S'il est certain que des virus grippaux circulent en France chaque hiver, il est bien difficile de prédire une épidémie. Toutefois, les experts disposent de quelques pistes pour analyser la situation :

- **Le type de virus** : les virus de grippe A sont réputés entraîner plus d'épidémies que ceux de type B. En 2003, c'est un virus A qui a occasionné l'épidémie hivernale. Depuis octobre 2004, des virus A et B ont été trouvés sur le territoire.
- **L'histoire des épidémies précédentes** : lorsqu'un virus provoque une épidémie, les personnes touchées par cette grippe acquièrent une protection contre ce virus. Ainsi, tous les français touchés par l'épidémie de l'an passé sont aujourd'hui au moins partiellement protégés contre un virus de même type. Par ailleurs, les épidémies de grippe commencent souvent chez les enfants qui les propagent au reste de la population. Très touchés par la grippe l'an dernier, les enfants peuvent l'être beaucoup moins cet hiver, ce qui explique peut-être que l'épidémie fasse long feu.
- **Le climat** : on connaît mal les liens entre grippe et climat, mais il est démontré que, dans notre hémisphère, le virus grippal ne donne des épidémies que l'hiver ; même si elle reste mal expliquée, il semble exister une relation entre le temps qu'il fait et le déclenchement d'une épidémie.

▪ La saison et la surveillance continuent

L'hiver n'est pas terminé et des phénomènes épidémiques de grippe ont pu être observés en France jusqu'au printemps (ce fut le cas en avril 2003). Espérons que les personnes fragiles n'ont pas oublié de se faire vacciner contre le virus grippal. Pourvu que la grippe continue de rester calme...

Sources : Réseau national des Groupes Régionaux d'Observation de la Grippe, Institut Pasteur Paris, Hospices Civils Lyon..

Le Dico du doc

ARRET DU TABAC : QUELS RISQUES ?

La nicotine, contenue dans le tabac, a des propriétés médicales importantes : elle peut agir comme un antidépresseur, un coupe-faim, un coupe-soif et un anti-douleur. Quand on a pris l'habitude d'inhaler chaque jour des doses importantes de nicotine, arrêter de fumer peut être dangereux ! Le sevrage tabagique peut s'accompagner de crises d'angoisse, de dépression, de boulimie, d'abus d'alcool ou de sucre, etc. Bref : si fumer est dangereux pour la santé, cesser de fumer aussi !

En pratique, si vous êtes un « gros fumeur » et si vous voulez cesser de fumer, préparez-vous soigneusement à cette rude épreuve que représente le sevrage tabagique.

Ne vous découragez pas si le succès n'est pas immédiatement au rendez-vous : il vous a fallu des années pour vous habituer à une grosse dose quotidienne de nicotine. Il va falloir un certain temps pour habituer votre organisme à s'en passer.

Source : Résultats des premières études pragmatiques d'intervention in Insulinorésistance, médecine générale et recherche. Groupe d'études BigPro, APNET, Inserm, Open Rome.

Météo antibio

Risque de

- | | |
|---------------------|--------|
| - Grippe | stable |
| - Bronchiolite | au pic |
| - Inf. respiratoire | stable |

La grippe circule sans provoquer de véritable épidémie, pour l'instant.

Les bronchiolites restent très épidémiques chez les nourrissons. Le pic épidémique est franchi et le nombre des bronchiolites va diminuer progressivement. Ce sont les gastro-entérites qui sont les plus épidémiques.

Sources : GROG, EISS, Open Rome
<http://www.grog.org>
et <http://www.eiss.org>