



GDB : pensez au sel !

Les fêtes de fin d'année sont malheureusement parfois le prétexte à des abus de boissons alcoolisées suivis, le lendemain matin, de réveils avec une « gueule de bois » (GDB).

Les manifestations en sont bien connues : maux de tête, douleurs musculaires, impression de grande fatigue, nausées, etc. Ces désordres sont liés à un « syndrome de manque » (d'alcool) et à divers désordres organiques, notamment une perturbation des stocks d'eau, de sucre et de sel dans les cellules.

La GDB se soigne donc de 3 façons :

- traitement préventif : modérez vos doses d'alcool...
- traitement symptomatique : mangez quelques aliments salés puis un peu de sucré
- en cas d'échec des stratégies précédentes, traitez la cause avec une petite dose d'alcool !



Le Doc' du doc

Vacances

Pendant les vacances de fin d'année, la fermeture des établissements scolaires ralentit la propagation des épidémies en empêchant les enfants de disséminer les infections virales. En revanche, les congés de Noël compliquent le travail des réseaux d'alerte sanitaire :

1. les rassemblements familiaux et la transhumance vers les remonte-pentes déplacent les lieux de rassemblement, brassent les populations et créent d'autres occasions de se transmettre les virus respiratoires ou digestifs ;
2. le nombre d'habitants et la densité médicale dans une région donnée changent momentanément, brutalement et de façon imprévisible, ce qui rend très délicat le calcul de la proportion des habitants touchés par une infection donnée ;
3. une partie des « relais d'information » (soignants, fonctionnaires, journalistes, etc.) étant absente, la collecte et la diffusion des informations deviennent transitoirement plus aléatoires.
4. pendant les fêtes, personne n'a envie de penser aux épidémies ni d'en entendre parler.

Moralité : à Noël et à la St Sylvestre, ceux qui surveillent les épidémies ne sont pas à la fête !

Sources : *Open Rome et Bulletin des GROG du 26 décembre 2007*

Météo antibio

Risques :

- Grippe sporadique
- Bronchiolite pic épidémique
- Inf respiratoire hausse
- Gastro-entérite baisse

Source : <http://www.grog.org>

Brisbane : en Europe ?

Pendant l'hiver austral (c'est-à-dire cet été pour les habitants de l'hémisphère nord), un virus grippal assez agressif est apparu en Australie. Identifié pour la première fois à Brisbane, il a provoqué une épidémie importante dans toutes les provinces Australiennes. Selon les experts, ce virus est capable d'avoir un impact de même intensité cet hiver dans les pays de l'hémisphère nord. Le dispositif européen EISS (European Influenza Surveillance Scheme) est donc en alerte. En France, les médecins du réseau GROG* font des prélèvements rhinopharyngés chez les malades grippés qu'ils sont amenés à soigner : une dizaine de cas de « grippe de Brisbane » a été ainsi détectée par les médecins GROG au cours des dernières semaines. Ces cas sont pour l'instant isolés et n'ont pas entraîné l'apparition de foyers épidémiques. Que faut-il en penser ? Les vacances de fin d'année peuvent à la fois retarder et favoriser l'apparition d'une épidémie de grippe (cf ci-contre). La grippe de Brisbane pourrait bien devenir épidémique en janvier. A suivre...

Sources : www.grog.org et www.eiss.org