



En avril, ne te découvre pas d'un fil ?

L'arrivée du printemps coïncide souvent avec une baisse du nombre de cas d'infection respiratoire aiguë. Actuellement, l'épidémie de grippe diminue peu à peu, les bronchiolites des nourrissons sont devenues rares et les rhumes peu nombreux. Et pourtant, même quand le temps devient chaud, on peut être infecté par un virus respiratoire ou une bactérie. Mais, contrairement au dicton bien connu, mettre sa laine ou pas n'y change pas grand chose !

Souvent, au mois d'avril, on observe une recrudescence des infections respiratoires à mycoplasme, source de fièvre, de fatigue et surtout d'une toux interminable et exaspérante, notamment chez les fumeurs. Il n'y a pas de moment idéal pour arrêter de fumer mais avril est un bon moment pour penser à stopper le tabac et à passer un coup de fil ... à votre médecin ou à un centre anti-tabac.

Source : Open Rome



Le Doc' du doc

Probiotique

Nom savant du yaourt.

Un probiotique est un aliment qui contient des microbes. Dans le cas des yaourts, il s'agit de bactéries : *lactobacillus (bulgaricus, casei, acidophilus, etc.)*, *bifidobacteria*, *streptococcus thermophilus* et autres *saccharomyces Boulardii*...

Les médecins ont constaté que les antibiotiques provoquent une diarrhée dans 5% à 30 % des cas. Ils ont noté aussi que les malades sous antibiotiques qui mangent des yaourts pendant leur antibiothérapie semblent être moins souvent diarrhéiques que ceux qui prennent des antibiotiques seuls. Réalité ou mirage ?

Pour en avoir le cœur net, des médecins ont examiné toutes les publications scientifiques sur les expériences de prescription de yaourt dans les antibiothérapies. Le British Medical Journal vient de publier leur conclusion : elle est plutôt positive. Il semble que les yaourts ont un effet protecteur, notamment chez les enfants et les personnes âgées bien que, pour l'instant, les probiotiques de Danone et de Nestlé ne soient pas vendus en pharmacie...

Source : Bibliomed, n°497 du 13 mars 2008, Unaformec éditeur

Météo antibio

Risques :

- Grippe faible
- Bronchiolite faible
- Inf respiratoire en baisse
- Gastro-entérite modéré
- allergies pollens en hausse

Sources : <http://www.grog.org>
<http://www.openrome.org>

Grippe à Hong Kong

La grippe saisonnière peut être redoutable. A Hong Kong, le gouvernement vient de fermer pour 2 semaines 1.745 écoles (560.000 élèves) pour enrayer l'épidémie de grippe qui sévit actuellement dans cette île où la densité humaine est l'une des plus élevée au monde. A la suite du décès de 3 enfants présentant des signes de grippe, le Secrétaire d'Etat à la santé a même dû ordonné une enquête. La grippe aviaire n'est pas en cause. C'est bien la grippe saisonnière qui a provoqué cette situation.

Cette épidémie saisonnière intense démontre une fois de plus que la grippe saisonnière peut être redoutable. Lutter chaque hiver contre la grippe constitue aussi une excellente préparation à une future situation pandémique.

Source : Canadianpress, 13 mars 2008