



## La grippe n'est pas une maladie anodine !

La grippe ne doit pas être prise à la légère.. Les complications ne concernent pas tous les cas de grippe. La plupart du temps, les effets de l'infection se limitent à une fatigue intense pendant une dizaine de jours, parfois davantage. Ce n'est pas une raison pour croire que la grippe est toujours une maladie bénigne.

Chez les jeunes enfants, elle peut débiter par une montée brutale de la température et provoquer des « convulsions hyperpyrétiques ». Pour leur éviter ce désagrément, mieux vaut faire baisser immédiatement leur température en ne les couvrant pas trop, en maintenant une température fraîche dans leur chambre (ne pas hésiter à ouvrir la fenêtre si nécessaire), en leur donnant de petites doses de paracétamol, à boire et en leur faisant prendre un bain dans de l'eau tiède.

Chez les personnes âgées, la grippe est une cause importante de surinfections broncho-pulmonaires et d'aggravation de maladies pré-existantes. Dans les maisons de retraite, les épidémies de grippe peuvent provoquer des vagues de décès, surtout si le personnel de l'établissement n'est pas vacciné contre la grippe (les membres du personnel non vaccinés sont d'excellents transmetteurs de virus grippaux).

Chez les adolescents et les adultes en bonne santé, la grippe peut avoir des conséquences graves : attaques cardiaques ou cérébrales, méningites, aggravation respiratoire brutale en cas de terrain asthmatique ou chez un fumeur, insuffisance rénale, etc.

Source : Open Rome, réseau des GROG



### Le Doc' du doc

## Tétrapode

Objet doté de quatre pieds.

La lutte contre les épidémies de grippe, repose, elle aussi sur 4 pieds :

- 1- la vaccination antigrippale annuelle,
- 2- le lavage des mains ou leur désinfection rapide avec un soluté hydro-alcoolique (SHA),
- 3- le port par les malades contagieux d'un masque anti-projection pour leur éviter de souffler leurs virus dans les bronches de leurs proches,
- 4- la prise d'un des antiviraux spécifiques de la grippe, le plus vite possible après l'apparition des signes infectieux ou, même, juste avant (quand un des proches est malade de la grippe et risque de vous la transmettre).

Aucun de ces moyens n'offre une protection parfaite mais, quand on se sert conjointement des quatre, la probabilité d'attraper la grippe devient faible et, si on est infecté, les méfaits de la grippe sont très amoindris.

En France, il reste beaucoup de progrès à faire : moins de 20% des Français sont vaccinés, les antiviraux sont mal remboursés et peu prescrits, l'usage des masques et des SHA est confidentiel.

Source : Open Rome, réseau des GROG

### Météo antibio

Risques

- |                     |                   |
|---------------------|-------------------|
| - Grippe            | <b>épidémique</b> |
| - Bronchiolite      | en baisse         |
| - Inf respiratoire  | épidémique        |
| - Gastro-entérite   | épidémique        |
| - allergies pollens | très faible       |

Source : <http://www.grog.org>  
et <http://www.pollens.fr>

### Epidémie de grippe en hausse

Selon le réseau national des GROG, l'épidémie de grippe continue de progresser. Son ampleur devient importante. Elle atteint des niveaux qui n'ont été observés en France que 3 fois au cours des 20 dernières années, en 1989-90, 1993-94 et 1996-97.

Cette épidémie touche des patients de tous âges, dans toutes les régions ; elle peut sévir également dans les stations de sport d'hiver des Alpes et des Pyrénées et dans les maisons de retraite.

Il est probable que cette épidémie va progresser encore la semaine prochaine.

L'épidémie de gastro-entérites continue mais ne progresse plus.

L'épidémie de bronchiolites du nourrisson se calme.

Les médecins du réseau des GROG signalent aussi quelques cas de varicelle.

Source : réseau des GROG, [www.grog.org](http://www.grog.org)