



## Où trouver des infos fiables sur la « nouvelle grippe » ?

Comme toujours quand il y a beaucoup de travail, ce sont souvent ceux qui en savent et en font le moins qui s'expriment le plus dans les media : ils ont le temps de le faire.

Pour se renseigner, mieux vaut aller chercher soi-même l'information auprès de sources validées.

Le Doc' vous conseille les sites suivants :

- Pour suivre l'évolution de la propagation du nouveau virus grippal A(H1N1) aux Etats-Unis, ceux qui lisent l'anglais peuvent aller sur le site des Centers for Disease Control (CDC) à l'adresse suivante : <http://www.cdc.gov/h1n1flu/update.htm>
- Pour suivre l'évolution de la nouvelle grippe en Europe, suivez les mises à jour quotidiennes sur
  - [www.invs.sante.fr](http://www.invs.sante.fr), qui fait le point, en Français, sur la situation en France (et dans le monde) ;
  - [www.eiss.org](http://www.eiss.org), qui donne, en Anglais, des informations validées sur la situation en Europe.
- Pour savoir comment se déroulera la vie de tous les jours pendant une pandémie, lisez les pages « Pour se préparer à la vie quotidienne en pandémie grippale » sur le site [www.pandemie-grippale.gouv.fr](http://www.pandemie-grippale.gouv.fr)
- D'une façon générale, vous pouvez retrouver tous ces liens et bien d'autres sur le site du Réseau des GROG, dont l'adresse est facilement mémorisable : [www.grog.org](http://www.grog.org)



### Le Dico du doc

## Ecorchure

Petite plaie superficielle particulièrement banale.

Il est impossible de savoir a priori comment va évoluer une écorchure (même une toute petite plaie peut dégénérer). Dans la quasi-totalité des cas, elle cicatrise spontanément en quelques jours. Plus rarement elle peut constituer une porte d'entrée pour des bactéries et devenir ainsi la source d'une infection locale associant rougeur de la peau et apparition d'un ou plusieurs ganglions. Il est exceptionnel qu'elle se complique d'un tétanos, infection gravissime, longue, douloureuse et difficile à soigner.

Pour que les petites écorchures quotidiennes ne deviennent jamais un problème médical grave :

- nettoyer chaque écorchure (même toute petite) avec de l'eau et du savon ;
- mettre un pansement pour éviter que la plaie ne soit souillée avant de cicatriser ;
- être vacciné(e) contre le tétanos ;
- se revacciner contre le tétanos tous les 10 ans.

Pour ne pas oublier ce rappel vaccinal, choisissez un pense-bête simple : revaccinez-vous quand l'année finit par neuf (2009, 2019...); ou bien chaque fois que vous changez de décennie (30 ans, 40 ans, etc.).

Source : La Revue Prescrire, n°301. Novembre 2008.

### Météo antibio

Risques

- Grippe : sporadique
- Bronchiolite : très faible
- Inf respiratoire : faible
- Gastro-entérite : faible
- allergies pollens : fort

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

### Peut-on manger du jambon cru sans risque d'attraper la nouvelle grippe ?

OUI, sans aucun doute ! Contrairement à l'influenza aviaire qui est une maladie animale parfois transmise à l'homme, le nouveau virus A(H1N1) est un virus spécifiquement humaine qui ne provient pas du porc. Cette nouvelle grippe n'a eu de porcine qu'un nom provisoire. Les virologues des Etats-Unis l'avaient appelée porcine peut être tout simplement pour éviter à leur pays d'être stigmatisé.

Le virus de la grippe humaine se transmet d'humain à humain par la toux, les éternuements et le contact avec des mains souillées. Pour éviter de propager la grippe, nouvelle ou saisonnière, plutôt que de craindre le jambon, lavez-vous les mains avant d'aller à table et évitez de tousser ou d'éternuer en direction des convives qui vous entourent.

Sources : Open Rome, Réseau des GROG

NB - En Egypte, l'abattage des cochons (élevés par la population copte) n'a aucun fondement scientifique mais semble lié à des motifs intercommunautaires.