



Que faire si vous avez attrapé la grippe A(H1N1) 2009 ?

- 1- Si votre infection a commencé progressivement, si vous n'avez pas de fièvre, si vous ne toussiez pas, ce n'est probablement pas la grippe qui vous rend malade.
- 2- Si vous avez peu de fièvre, quelques signes respiratoires (rhume, toux), mal à la tête ou des signes digestifs modérés, la probabilité qu'il s'agisse de la grippe est faible. Il s'agit plutôt d'une infection liée à d'autres virus respiratoires ou digestifs. La France connaît actuellement une épidémie saisonnière d'infections à entérovirus qui provoquent ce type de symptômes.
- 3- Si, brutalement, vous avez de la fièvre, des douleurs musculaires, une grande fatigue, de la toux et des signes respiratoires, il est possible que vous soyez infecté par la grippe. Dans ce cas, appelez vite votre médecin traitant (ou, s'il est en vacances, un autre médecin). S'il pense que vous avez la grippe et si vous êtes malade depuis moins de 48 heures, il vous prescrira un antiviral spécifique que vous pourrez acheter en pharmacie.
- 4- L'efficacité de cet antiviral dépend de la précocité du traitement. L'efficacité est maximale quand le traitement commence moins de 12 heures après le début des signes infectieux. Plus ce délai augmente, moins le traitement est efficace.

Source : Open Rome, Pegasus Bridge strategic central room.



Le Doc du doc

Grain de beauté

Tache de la peau qui correspond à un amas de cellules capables de fabriquer de la mélanine, un pigment coloré absorbant une partie des rayonnements solaires ultra-violet (UV).

Un grain de beauté normal est soit de couleur brun clair, brun foncé, soit de couleur chair ; quelle que soit sa couleur, l'important est qu'elle soit d'une teinte uniforme et que les contours soient bien définis. De forme ronde ou ovale, un grain de beauté mesure habituellement moins de 5 mm de diamètre. Il est plat ou légèrement bombé.

Au cours de la vie, les grains de beauté peuvent dégénérer, se cancériser et devenir un mélanome. Chez les 66 millions de Français, il apparaît environ 6 à 7.000 mélanomes par an (soit 1 pour 10.000).

Généralement, les grains de beauté apparaissent progressivement au cours de l'enfance. Ceux qui sont présents dès la naissance n'ont pas plus de risque de dégénérer en mélanome que ceux qui apparaissent ensuite. Le nombre des grains de beauté est habituellement inférieur à 50. Mieux vaut être plus vigilant si leur nombre dépasse 50 et montrer à un médecin ceux qui apparaissent après l'âge de 30 ans.

Source : Comprendre le mélanome de la peau. Ligue contre le cancer, et INCA, mai 2007.

Météo antibio

Risques

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

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

La grippe pandémique A(H1N1) 2009 s'étend

Le virus grippal pandémique (H1N1) 2009 est maintenant présent dans la grande majorité des pays du globe. La Grande-Bretagne, pays européen dans lequel le virus circule le plus activement, fait aujourd'hui face à une épidémie de forte intensité. Le nombre de nouveaux cas de grippe est estimé à 55 000 pour la seule semaine du 6 au 12 juillet, soit plus qu'au pic épidémique de la saison 2008/2009. La majorité des patients présentent des tableaux grippaux modérés pris en charge en ville. En France, le nombre de cas de grippe A (H1N1) 2009 non liés à un voyage continue d'augmenter, prouvant la présence du virus dans la communauté même si cette circulation reste discrète. Dans ce contexte, les autorités ont annoncé l'élargissement de la prise en charge médicale des cas par la médecine libérale à partir du 23 juillet.

Sources : Réseau des GROG et National Health Service (UK) <http://www.nhs.uk>