



Fin d'hiver + Xynthia : les pollens d'arbre se déchaînent !

Que ce soit dans le Sud Est de la France avec les **cyprés** ou dans la moitié Nord Est avec les **aulnes** et les **noisetiers**, aucune région n'est épargnée par les premiers pollens d'arbres allergisants. Les vents violents qui ont traversé la France métropolitaine récemment ont favorisé la dissémination de ces pollens de fin d'hiver. Depuis le passage de Xynthia, les allergiques souffrent de conjonctivites et de rhinites, dues à ces 3 pollens d'arbres.

En pratique,

- les derniers jours de froid ralentissent la production des grains de pollens mais, si vous êtes allergique aux pollens d'arbre, soyez sur vos gardes et prenez le traitement préventif (si votre médecin vous en a prescrit un);
- si vous êtes brutalement enrhumé, si vous vous mettez à tousser ou si vos yeux se mettent à rougir et à pleurer, ne vous précipitez pas sur les antibiotiques qui trainent dans votre armoire à pharmacie : ils n'ont aucun effet contre les allergies polliniques ;
- si vous êtes allergique aux pollens de cyprés et si vous habitez en Languedoc-Roussillon, vous pouvez suivre au jour le jour votre risque d'exposition grâce au site animé par l'école Sup Agro basée à Montpellier : https://www.supagro.fr/pollen/cartopollen/previsions_J.php

Sources : RNSA et Open Rome



Le Dico du doc

Chronique

Qualificatif donné par les médecins au malade qui ne guérit pas ou pas tout de suite.

Ce mot regroupe divers sortes de problèmes de santé :

- les maladies qui durent parce que les médecins n'ont pas su ou pas pu les diagnostiquer et les traiter ;
- les maladies pour lesquelles les traitements ne permettent pas d'obtenir une guérison (par exemple diabète sucré, certains cancers) ;
- les maladies qui, même avec un traitement, ont une évolution récidivante, cyclique ou périodique (migraines, allergies, crises d'asthme, rhumatismes, troubles immunitaires...);
- les problèmes dus aux séquelles d'une maladie ou à l'altération permanente de certaines parties du corps (cécité, arthrose, maladie d'Alzheimer...).

Les maladies chroniques sont un défi permanent parce qu'elles durent malgré les traitements prescrits. Elles sont aussi une source de dépenses de plus en plus lourdes pour les malades et pour la collectivité. Enfin, l'absence de guérison est source de désespoir. Or, pour un « malade chronique », se soigner c'est réussir à vivre avec sa maladie, ce qui lui impose d'apprendre à développer et à utiliser ses capacités d'adaptation. Là aussi, c'est l'espoir qui fait vivre.

Source : Open Rome MacMut, groupe de travail maladies chroniques

Météo antibio

Risques

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

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

Est-il possible que, l'hiver prochain, il y ait très peu de grippe ?

Avec la grippe, tout est possible mais, depuis que le réseau des GROG existe (c'est-à-dire depuis 1984), il n'y a jamais eu d'hiver sans virus grippal.

Il est difficile de prédire quelle sera l'intensité de la circulation des virus grippaux pendant l'hiver 2010-2011 mais la grippe pandémique A(H1N1)2009 actuelle va probablement devenir saisonnière et toucher, saison après saison, ceux qu'elle a épargnés auparavant. De plus, les autres sortes de virus grippaux sont toujours actives, notamment dans l'hémisphère sud ; on ne voit pas pourquoi elles ne reviendraient pas chez nous à l'automne prochain.

En pratique, si vous avez l'habitude de vous faire vacciner contre la grippe chaque année parce que vous êtes fragilisés par une maladie chronique ou parce que vous recevez un bon gratuit pour le vaccin, ne changez pas vos habitudes et n'oubliez pas de vous faire vacciner contre la grippe en octobre prochain.

Sources : Réseau des GROG et Open Rome