

« Est-ce que j'ai la grippe, docteur ? »

Les virus de la grippe provoquent une épidémie en France depuis la fin décembre mais ils ne sont pas les seuls à donner de la fièvre, de la toux et des courbatures. Comment faire la part des choses entre la « vraie grippe » et les autres causes d'infection respiratoire aiguë ?

Un bon truc consiste à se demander « depuis quand suis-je malade ? » :

- Si les symptômes ont commencé progressivement, sans date précise, il ne s'agit probablement pas d'une grippe mais d'une autre infection respiratoire ; dans ce cas, les anti-fièvre (paracétamol, etc.) et les médicaments soulageant la toux et les bronches suffisent généralement.
- Si les symptômes ont commencé brutalement, un jour précis et même à une heure précise, il peut s'agir d'une grippe ; la prescription par votre médecin d'un antiviral spécifique (oseltamivir, zanamivir) peut être envisagée pour vous et votre entourage (cf recommandations sur www.hcsp.fr). Cet antiviral spécifique peut vous guérir plus vite, à condition qu'il vous soit prescrit sans délai (quelques heures après le début des symptômes), son efficacité dépendant de la précocité de sa mise en œuvre.
- Enfin, les données disponibles sur les virus grippaux qui co-circulent actuellement sont en faveur d'une bonne efficacité du vaccin.

A noter :

- Les bons de vaccination antigrippale gratuits peuvent être utilisés jusqu'au 31 janvier 2013.
- Que vous ayez ou non une grippe, vous avez tout intérêt à bien vous laver les mains et à porter un masque pour ne pas infecter vos proches.

Sources : Open Rome et Réseau des GROG

Le Dico du doc



Vigipirate



Nom du plan visant à protéger la sécurité des citoyens en cas de menace terroriste.

L'efficacité de Vigipirate repose sur le fait que les contrôles sont systématiques, méthodiques et sans faille. Si une faille se produit, du fait d'une ignorance, négligence, inconscience ou insouciance, les actes terroristes redeviennent possibles. L'efficacité de Vigipirate repose donc sur la volonté collective de se protéger tous ensemble.

Ainsi, la vaccination ressemble à Vigipirate. Quand toute la population suit les recommandations et les programmes vaccinaux, certaines maladies épidémiques catastrophiques cessent de provoquer de dégâts. C'est de cette façon que, collectivement, on a fait reculer la variole, la poliomyélite, la diphtérie, la rougeole, certaines méningites, les pneumonies à pneumocoque, les formes graves de grippe, etc.

En revanche, quand une toute petite partie de la population cesse de se vacciner, par ignorance, négligence, inconscience ou insouciance, des failles apparaissent dans la protection collective et le danger réapparaît.

Source : Open Rome.

Météo antibio

Risques

- Grippe : moyen
- Bronchiolite : en baisse
- Inf respiratoire : en hausse
- Gastro-entérite : moyen
- Allergies pollens : très faible

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

3 vagounettes = 1 vague

Selon le Réseau national des GROG, la France est touchée par la circulation de 3 sortes de virus grippaux : la grippe B, la grippe A(H3N2) et la « grippe pandémique » A(H1N1). Chacun de ces 3 virus ne provoque pour l'instant qu'une petite vague épidémique, mais leur circulation conjointe additionne leur impact, ce qui se traduit par une épidémie nette.

A noter : dans plus d'un tiers des cas, la grippe se manifeste par des signes digestifs, peu de fièvre et peu de signes respiratoires. Elle peut alors être confondue avec une gastro-entérite.

Sources : Réseau des GROG et EISN
<http://www.grog.org>