

## Quand le froid arrive, attention au CO !

L'arrivée du froid s'accompagne d'une montée en puissance du chauffage. En France, chaque année, pendant la période hivernale, le monoxyde de carbone (CO) cause près d'une centaine de décès.

N'oubliez pas de respecter les règles qui évitent les intoxications :

1. N'utilisez jamais pour vous chauffer des appareils non destinés à cet usage (brasero, réchauds de camping, fours, barbecues, etc.) ;
2. N'utilisez jamais de façon prolongée un chauffage d'appoint à combustion ;
3. N'obstruez jamais les grilles de ventilation, même par grand froid ;
4. Aérez quotidiennement votre habitation, même par temps froid ;
5. Ne faites fonctionner des panneaux radiants à combustible gazeux qu'en période d'occupation des locaux ;
6. N'installez jamais un groupe électrogène dans un lieu fermé (maison, cave, garage, etc.) : il doit impérativement être placé à l'extérieur des bâtiments.

La quasi-totalité des intoxications graves par le CO sont dues au non respect de ces règles.

Source : Ministère de la Santé, France.

### Le Dico du doc



## Microbiote



Mot créé par les biologistes pour désigner l'ensemble des bactéries et des virus qui vivent de façon stable à l'intérieur d'un autre organisme vivant. Ce mot remplace l'ancienne appellation « flore microbienne ».

Les progrès techniques en biologie permettent maintenant d'étudier les gènes des bactéries et des virus composant le microbiote.

Cet ensemble de gènes est appelé « microbiome ».

On sait depuis longtemps que les bactéries et les virus hébergés par un organisme humain sont beaucoup plus nombreux que les cellules qui composent cet organisme. Ce foisonnement est tel que certains chercheurs se demandent même si les cellules des êtres vivants ne sont pas des assemblages de bactéries qui se seraient pérennisés.

La plus grande partie du microbiote humain se trouve dans les voies respiratoires, dans le tube digestif et sur la peau. Il y joue un rôle protecteur contre les infections.

Actuellement, le microbiote fait l'objet de nombreuses recherches, mais on commence seulement à en faire un inventaire grossier et on est incapable de dire s'il existe des microbiotes meilleurs que les autres pour la santé.

C'est d'ailleurs pourquoi les publicités pour des produits agro-alimentaires se vantant de favoriser la santé grâce à leur action sur le microbiote doivent être considérées a priori comme fantaisistes.

En revanche, il est possible que, dans une dizaine d'années, on tienne compte du microbiote au moment de choisir les traitements et les stratégies de prévention.

Source : GEIG, Paris, 15 novembre 2016

### Météo antibio

#### Risques

- Grippe faible
- Bronchiolite en hausse
- Inf respiratoire moyen
- Gastro-entérite élevé
- Allergie pollens très faible

Sources : ECDC, Santé Publique France, Open Rome et RNSA

#### La grippe A(H3N2) circule

##### Métropole

La grippe ne provoque pour l'instant que quelques cas sporadiques, isolés. On peut donc se faire vacciner sans crainte d'attraper la grippe avant que le vaccin n'ait procuré une protection suffisante (la protection apparaît 10 à 15 jours après l'injection vaccinale).

##### Antilles-Guyane

L'épidémie grippale se poursuit en Guadeloupe mais elle est en décroissance en Guyane.

**A noter** : des cas de grippe aviaire sont signalés un peu partout en Europe.

Ils concernent des oiseaux migrateurs.

Ils n'ont rien d'exceptionnels et ne sont pas épidémiques pour les humains.

Sources : Santé Publique France, ECDC, OMS Europe, Open Rome.