

Foire aux questions sur le virus H1N1 (grippe porcine)

(14 juillet 2009)

1. Qu'est-ce que le virus H1N1 (grippe porcine chez l'être humain)?

Le H1N1 est un nouveau virus grippal de souches aviaire, porcine et humaine. C'est une maladie respiratoire qui provoque des symptômes semblables à ceux de la grippe saisonnière.

2. Quels sont les symptômes de l'influenza H1N1 (grippe porcine chez l'être humain)?

Les symptômes de la grippe H1N1 sont les suivants :

- Toux
- Fièvre
- Frissons
- Fatigue
- Maux de gorge
- Douleurs musculaires/maux de tête
- Douleurs oculaires
- Manque d'appétit
- Vomissements et diarrhée (chez les enfants de moins de 5 ans)

3. Comment le virus H1N1 (grippe porcine chez l'être humain) se propage-t-il?

La toux et les éternuements expulsent des microbes dans l'air qui peuvent être aspirés par d'autres personnes lorsqu'elles respirent.

Les microbes peuvent aussi se déposer sur des surfaces rigides, par exemple des surfaces de travail et des poignées de porte, d'où ils se transmettent aux mains et ensuite au système respiratoire lorsque la personne se touche la bouche ou le nez.

4. Quel est le traitement?

Les mesures à prendre pour se rétablir consistent à rester à la maison et à se reposer, à prendre beaucoup de liquides (comme de la soupe, du jus et de l'eau), à prendre des médicaments pour faire baisser la fièvre, et à se laver les mains fréquemment avec de l'eau et du savon après avoir toussé ou éternué.

Parce que la grippe H1N1 (grippe porcine chez l'être humain) est causée par un virus, les antibiotiques ne sont pas efficaces.

5. Que devrais-je faire si j'éprouve des symptômes de la grippe?

Vous devriez rester à la maison et ne pas vous présenter au travail, à l'école, dans des endroits publics ou d'autres lieux de rencontre sociale. Vous devriez vous isoler et éviter les contacts rapprochés avec d'autres personnes pendant au moins sept jours après l'apparition des symptômes et pas moins de 24 heures après la disparition des symptômes, car c'est la période pendant laquelle la maladie peut se propager à d'autres personnes.

Si une personne de la famille est malade, il faut la garder à la maison, à l'écart des autres membres de la famille, à une distance d'au moins deux mètres (6 pieds), c'est-à-dire la mettre en isolement.

6. Que signifie le terme « isolement » ?

Garder une personne malade en isolement signifie la tenir à l'écart des personnes en santé et limiter ses contacts avec les autres afin d'arrêter la transmission de la maladie. Si vous êtes en isolement, vous devriez rester loin des autres personnes dans la maison (c'est-à-dire dans une autre pièce).

7. Devrais-je aller voir mon fournisseur de soins de santé si j'ai des symptômes de la grippe?

La plupart des gens peuvent se soigner eux-mêmes ou soigner leurs proches lorsqu'ils ont la grippe.

Partout au Yukon, vous pouvez appeler sans frais la **ligne Info-santé du Yukon, au 811**, et une infirmière autorisée pourra vous fournir des renseignements et des conseils sur la santé 24 heures sur 24 et sept jours sur sept. L'infirmière évaluera vos symptômes et vous aidera à décider comment vous soigner ou soigner vos proches.

Si vos symptômes s'aggravent, il se peut que l'infirmière de la ligne Info-santé vous recommande de communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

Le fait de téléphoner d'avance à votre fournisseur de soins de santé pour l'avertir de votre visite lui permettra de veiller à ce que les personnes présentes au centre médical ne soient pas exposées au virus. Les cliniques et les centres de santé communautaires reçoivent aussi des patients qui sont plus à risque de contracter d'autres maladies s'ils sont infectés par le virus de l'influenza.

8. Est-ce que le Centre de santé sera fermé si l'infirmière de service contracte la grippe?

Tous les centres de santé se sont dotés d'un plan d'urgence au cas où une infirmière ne serait pas disponible. Par exemple, si une infirmière contracte le virus H1N1, le plan d'urgence serait mis en œuvre. Tous les efforts seront déployés pour assurer le maintien des services de santé dans les collectivités.

9. Comment puis-je me protéger et prévenir la transmission de la grippe?

- Faites-vous vacciner contre la grippe tous les ans.
- Restez à la maison quand vous êtes malade.
- Lavez-vous les mains soigneusement avec du savon et de l'eau tiède, ou utilisez un désinfectant à mains.
- Couvrez-vous la bouche et le nez avec le bras ou la manche de chemise quand vous toussiez ou éternuez.
- Ne partagez pas les verres ni les ustensiles de cuisine.

10. Existe-t-il un vaccin contre le virus H1N1?

En ce moment, le vaccin contre le virus H1N1 n'est pas encore disponible, mais la production a commencé et on prévoit que le vaccin sera prêt vers la fin de l'automne. Le gouvernement du Yukon a entrepris les préparatifs afin de pouvoir offrir le vaccin dès qu'il sera disponible.

11. Est-ce que je devrais porter un masque?

L'Agence de la santé publique du Canada ne recommande pas au public de porter un masque, car il n'y a pas de preuve que cela vous protégera contre la maladie. Souvent, les gens n'utilisent pas leur masque correctement, ou ils le contaminent lorsqu'ils le mettent ou l'enlèvent, ce qui augmente, en fait, les risques de contagion.

Si une personne malade doit sortir de la maison, le port du masque peut alors aider à réduire le risque de transmission du virus à d'autres personnes. Les personnes qui prennent soin d'un malade infecté par le virus de la grippe pourraient aussi prendre des mesures de précaution supplémentaires, telles que le port d'un masque et de lunettes de protection.

12. Comment diagnostique-t-on le virus H1N1?

En général, les personnes qui présentent des symptômes bénins n'ont pas besoin de passer un test. Si votre fournisseur de soins de santé croit que vos symptômes requièrent une analyse plus approfondie, un échantillon prélevé dans la gorge ou le nez sera transmis à un laboratoire pour confirmation. D'autres tests, comme des analyses sanguines, pourraient aussi être demandés.

13. Puis-je obtenir des médicaments antiviraux si j'ai des symptômes de l'influenza?

En règle générale, les antiviraux ne sont pas recommandés pour soigner les cas bénins de grippe.

14. Quelles mesures le Yukon prend-il pour surveiller la propagation du virus H1N1?

Le D^r Brendan Hanley, médecin hygiéniste du Yukon, a demandé à tous les fournisseurs de soins de santé de surveiller de plus près les symptômes apparentés à la grippe.

Le niveau de surveillance a été augmenté et les travailleurs de la santé de première ligne guettent attentivement l'apparition de cas possibles et les signalent, en particulier lorsqu'une personne a voyagé à des endroits où il y a eu des éclosions du virus H1N1 ou qu'elle a eu des contacts avec une personne qui a contracté le virus H1N1. Les travailleurs de la santé ont reçu des instructions détaillées sur la façon de traiter les cas soupçonnés ou confirmés.

15. Est-il possible d'attraper la grippe porcine en mangeant du porc?

Non. La grippe ne se transmet pas ainsi et, de toute façon, la cuisson adéquate du porc tuerait tous les virus de la grippe. Suivez les règles de sécurité générales et assurez-vous que le porc est cuit suffisamment et n'est pas rosé au centre. Utilisez un thermomètre pour aliments afin de confirmer que la température du porc a atteint 71 degrés Celsius (160 degrés Fahrenheit).

16. Que devrais-je faire si j'ai un projet de voyage dans une région où on a signalé des cas de grippe H1N1?

Si vous voyagez dans les régions touchées, faites ce que vous feriez normalement afin de vous protéger et de protéger les autres durant une période de grippe. Demandez à recevoir le vaccin annuel contre la grippe. Couvrez-vous la bouche et le nez quand vous toussiez ou éternuez, lavez-vous les mains fréquemment avec du savon et de l'eau tiède ou utilisez un désinfectant à mains, restez dans votre chambre d'hôtel si vous êtes malade, buvez beaucoup de liquides et prenez du repos.

17. Que signifie la décision de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) de faire passer le niveau d'alerte pandémique à la phase 6?

La grippe pandémique se définit comme un nouveau virus grippal qui se transmet facilement entre les humains. En effet, le virus H1N1 de la grippe porcine chez l'humain a été reconnu comme un nouveau virus et des cas de transmission d'une personne à une autre ont été observés.

On surveille attentivement l'évolution de la maladie en vue d'en déterminer la gravité et d'être prêt à réagir à tout changement.

Il faut être conscient qu'au cours des derniers mois, le gouvernement canadien a pris des mesures énergiques pour se prémunir contre le virus en se fondant sur le partage d'informations et l'assistance technique entre le Canada, les États-Unis, le Mexique et l'Organisation mondiale de la santé.

Le Canada est un chef de file mondial dans la planification de la lutte contre la pandémie et il continue de mettre en œuvre le plan de lutte contre la pandémie intégré du secteur de la santé (Plan canadien de lutte contre la pandémie d'influenza).

Le haut degré de préparation du Canada se fonde également sur la collaboration étroite entre le gouvernement fédéral, les provinces, les territoires et les professionnels de la santé de tout le pays.

À la suite de l'augmentation du niveau d'alerte pandémique à la phase six, le gouvernement fédéral continuera de suivre les opérations prévues au Plan canadien de lutte contre la pandémie d'influenza pour le secteur de la santé.