

INFORMATION

MOYENS DE PRÉVENTION CONTRE L'INFLUENZA



Qu'est-ce que l'influenza?

De manière à mieux comprendre les conséquences et les impacts d'une pandémie, il importe de connaître les caractéristiques générales du virus de l'influenza. Les informations suivantes permettront de mieux saisir l'aspect médical et clinique du virus sur l'humain et par le fait même, ces conséquences sur le fonctionnement de l'organisation.

- L'influenza, communément appelée la *grippe*, est causée par le virus influenza;
- Il y a trois types de virus influenza soient les types A, B et C;
- Seule l'influenza A, génétiquement instable, a le potentiel de muter et de causer des pandémies;
- Il existe des souches différentes du virus d'influenza A. Elles sont déterminées par des protéines retrouvées à la surface du virus : hémagglutinines (H1 à H15) et neuraminidases (N1 à N9).

Mode de transmission

- Contacts : directs avec des sécrétions infectées; indirects via des objets contaminés par des sécrétions infectées;
- Gouttelettes : projetées à un mètre ou moins par toux ou éternuements;
- Voie aérienne : mode inhabituel et dans certaines circonstances particulières;
- Personnes asymptomatiques

Période d'incubation

La période d'incubation du virus est courte et varie de 1 à 3 jours. La durée et le niveau de contagion sont de 24 heures avant le début des symptômes et jusqu'à 7 jours après le début des symptômes.

Durée de survie du virus

La survie du virus de l'influenza à l'extérieur du corps varie selon la température et l'humidité. Sa survie est prolongée si le taux d'humidité est bas et s'il fait froid. Il survit donc :

- 24 à 48 heures sur des surfaces dures, non poreuses.
- 8 à 12 heures sur les vêtements, le papier et le tissu.
- 5 minutes sur les mains.

Mesures d'hygiène personnelle

- Couvrez-vous le nez ou la bouche lorsque vous éternuez ou toussiez.
- Jetez les mouchoirs usagés immédiatement.
- Lavez-vous les mains fréquemment.
- Éloignez les mains des yeux, du nez et de la bouche.

Grippe VS Rhume

symptôme	Grippe	Rhume
Fièvre	Habituel, apparition subite de 38-40 degrés, dure 3-4 jours.	Rare
Mal de tête	Habituel et peut-être grave.	Rare
Douleurs	Habituel et peut-être grave.	Rare
Fatigue et faiblesse	Habituel et peut durer de 2 à 3 semaines ou plus après une maladie aiguë.	Parfois, mais faible
Fatigue débilante	Habituelle, l'apparition précoce peut être grave.	Rare
Nausée, diarrhée	Chez les enfants de moins de 5 ans.	Rare
Larmolement	Rare	Habituel
Nez qui coule, bouché	Rare	Habituel
Éternuement	Rare dans les premières phases.	Habituel
Mal de gorge	Habituel	Habituel
Malaise pulmonaire	Habituel et peut-être grave.	Parfois, mais de faible à modéré
Complications	Insuffisance respiratoire; peut aggraver un état chronique actuel; peut constituer un danger de mort.	Congestion ou douleur aux oreilles
Décès	Bien reconnu.	Non signalé

