

La grippe



Cette infection des voies respiratoires est due à un virus provoquant généralement de la fièvre, des maux de tête, des courbatures et une fatigue générale.

Maladie contagieuse, la grippe est responsable d'épidémies plus ou moins graves et fait l'objet chaque année d'une campagne de vaccination très active par l'Assurance maladie.

Une maladie infectieuse et contagieuse

La grippe est une maladie très contagieuse qui touche l'appareil respiratoire. Elle sévit entre novembre et avril dans l'hémisphère Nord et entre avril et septembre dans l'Hémisphère Sud. Dans les pays tropicaux, le virus circule toute l'année.

Plusieurs millions de personnes sont touchés chaque année en France durant les épidémies hivernales qui durent en moyenne 9 semaines et il est impossible de prévoir l'importance des épidémies.

Le virus se transmet par l'inhalation de gouttelettes de salive, de postillons ou d'éternuements, émis par une personne infectée. La personne

est contagieuse 24 h avant l'apparition des symptômes puis durant 5 à 7 jours.

A noter que l'être humain peut aussi contracter la grippe par contact avec des déjections d'animaux infectés (comme la grippe aviaire avec les oiseaux).

Un virus pas banal...

Il existe en fait 3 types de virus : les virus A et B sont à l'origine de la «vraie» grippe alors que le type C est responsable d'infections proches d'un simple rhume qui passent souvent inaperçues.

Le vaccin est préparé à partir de virus inactivés A et B. Or ces virus se caractérisent par une grande variabilité et instabilité.

Le vaccin ne protège donc pas d'une année sur l'autre et il est adapté chaque année aux nouvelles souches qui font leur apparition.

Des symptômes connus

Les symptômes sont assez communs et identiques à ceux de nombreuses infections de la sphère respiratoire ou ORL.

La maladie débute brutalement par une fièvre qui peut être élevée (40°C) accompagnée de frissons, de courbatures, de douleurs dans le dos (dorsalgies) et d'une fatigue (asthénie). Elle peut aussi être accompagnée de céphalées, d'une toux sèche, d'une gorge douloureuse et d'un nez bouché ou au contraire qui coule.

L'évolution de la fièvre est caractéristique : elle baisse vers le 4^e jour puis remonte entre le 5^e et le 6^e jour : C'est ce qu'on appelle le «V grippal».

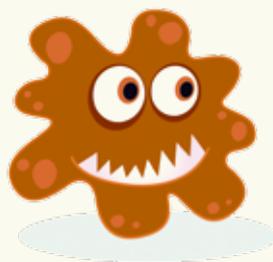
En l'absence de complications la grippe guérit rapidement mais la convalescence peut être assez longue, jusqu'à 10/12 jours.

En général les symptômes permettent au médecin de faire le diagnostic. Il est rare d'avoir recours à une confirmation par des examens biologiques.

Chez les jeunes enfants, le diagnostic est parfois difficile à établir car les symptômes ne sont pas toujours typiques et peuvent prendre la forme d'une somnolence ou de troubles digestifs.

La grippe : parfois grave et avec des complications

La grippe est réputée bénigne. Elle peut cependant engendrer des complications dues au virus lui-même ou à une surinfection bactérienne pouvant entraîner



La grippe

pneumonie, otite, sinusite, myocardite (atteinte du muscle cardiaque) méningite...

Ces complications sont particulièrement graves chez les personnes fragilisées pour lesquelles la grippe est tristement responsable d'un nombre important de décès : les personnes âgées sont les plus gravement touchées ce qui explique la vaccination fortement recommandée après 65 ans. En France, plus de 90% des décès liés à la grippe concernent des sujets âgés de 65 ans et plus. L'Assurance maladie adresse chaque année à toutes les personnes concernées un courrier d'information rappelant que

la vaccination est gratuite. Nouveauté en 2012 : les femmes enceintes, dès le premier trimestre de grossesse, et les personnes souffrant d'obésité grave ont été ajoutées à la liste.

Le traitement et la vaccination

Le traitement est destiné à lutter contre les symptômes : des anti-pyrétiques contre la fièvre, des antalgiques contre les douleurs, un antitussif contre la toux etc. Les antibiotiques ne sont prescrits qu'en cas de surinfection bactérienne.

Par ailleurs, il existe des médicaments contre la grippe mais pour être efficaces, ils doivent impérativement être pris très précocement. Ils permettent alors d'atténuer les symptômes et de raccourcir un peu la durée de la maladie (amantadine pour virus A, zanamivir et oseltamivir pour virus A et B).

La prévention par la vaccination était bien entrée dans nos mœurs mais suite à l'épisode de grippe H1N1 il y a 3 ans, la population est devenue plus réticente. Pourtant lors de l'hiver 2011/2012 et malgré une activité grippale d'intensité modérée, 6 000 décès ont été observés chez les personnes âgées, soit 13% de plus que la moyenne habituelle. La meilleure arme pour lutter contre la grippe reste donc le

vaccin annuel. Il est en général disponible vers la fin septembre et la vaccination s'effectue de préférence durant l'automne, avant l'hiver où la grippe est plus fréquente.

Un virus surveillé de près !

Depuis les années 1950, la grippe bénéficie d'une surveillance très précise au niveau mondial, notamment par l'Organisation Mondiale de la Santé.

En France, la surveillance de la grippe en ville est réalisée par 2 réseaux de médecins : les Groupes régionaux d'observation de la grippe et le réseau Sentinelles qui mettent en commun leurs données.

Les gripes qui nécessitent des consultations dans des services d'urgences hospitaliers sont surveillées par le réseau Oscour (Organisation de la surveillance coordonnées des urgences).

Enfin quand une alerte a lieu sur un type particulier de grippe, comme la grippe aviaire A H5N1 et la grippe AH1N1 de 2009, un dispositif de surveillance spécifique est mis en place.

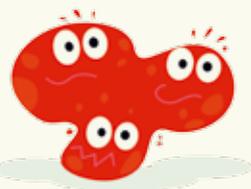


En France, chaque hiver

2 à 7 millions de personnes touchées par la grippe

Durée moyenne d'une grippe :

3 à 7 jours



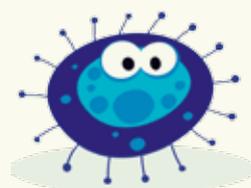
En 2012 : **10 millions** de vaccins contre la grippe proposés **gratuitement**

Incubation : **1 à 3 jours**

Vaccin : environ

2 semaines

pour être protégé



À qui est destiné le vaccin ?

La vaccination de la grippe saisonnière est fortement recommandée :

1. Aux personnes fragilisées

- > personne âgée,
- > jeune enfant,
- > sujet atteint d'une maladie chronique : asthme, diabète, maladie cardiaque...
- > sujet ayant des défenses immu-

nitaires affaiblies (immunodéprimé),

- > femme enceinte,
- > personne obèse.

2. Aux soignants et aux personnes s'occupant de jeunes enfants ou de personnes âgées.