

**LA GRIPPE HUMAINE H1N1 (GRIPPE PORCINE CHEZ L'ETRE HUMAIN) :
QUESTIONS ET REPONSES
H1N1 INFLUENZA A (HUMAN SWINE INFLUENZA) Q & A**

Qu'est ce que la grippe H1N1 (grippe porcine)? (What is H1N1 Influenza A (swine flu)?

Le virus appelé “grippe H1N1 (grippe porcine)” est une nouvelle souche du virus influenza de type A qui peut être transmis d'une personne à l'autre. Des nouvelles souches de la grippe saisonnière de type A circulent chaque année pendant la saison de grippe.

Comment la grippe se propage-t-elle ? (How does influenza spread ?)

On pense que la grippe H1N1 (grippe porcine) se propage d'une personne à l'autre par les « gouttelettes » qui sont relâchées dans l'air quand une personne infectée tousse ou éternue. Les gouttelettes peuvent être inhalées par les autres et elles peuvent également se déposer sur des surfaces inertes telles les comptoirs et les poignées de porte d'où elles sont ensuite transférées aux mains et transmises quand une personne se touchent les yeux, la bouche ou le nez. La grippe H1N1 (grippe porcine) se propage de la même façon que les autres gripes.

**Quels sont les symptômes de la grippe H1N1 (grippe porcine) chez l'humain ?
(What are the symptoms of H1N1 Influenza A (Swine Influenza) in human?)**

Dans les pays autres que le Mexique y compris le Canada, les symptômes de la grippe H1N1 (grippe porcine) sont similaires aux symptômes d'une infection grippale humaine saisonnière. Ils comprennent la fièvre, la toux, les douleurs musculaires, la léthargie et le manque d'appétit. Certaines personnes affectées par la grippe H1N1 (grippe porcine) ont également signalé un nez qui coule, un mal de gorge, la nausée, des vomissements ou la diarrhée. La plupart des personnes affectées en dehors du Mexique se sont complètement rétablies.

Au Mexique, l'épidémie actuelle semble être associée à la pneumonie et à d'autres graves problèmes pulmonaires ainsi qu'aux formes plus bénignes de la grippe.

**Comment diagnostiquer la grippe H1N1 (grippe porcine)?
(How is H1N1 Influenza A (Swine Influenza) diagnosed?)**

Les gens souffrant de symptômes bénins n'ont pas besoin de passer d'examen médical. Si le médecin pense que vos symptômes pourraient être attribués à la grippe, il peut prélever un échantillon des écoulements du nez ou de la gorge et l'envoyer au laboratoire pour confirmation. La grippe commune ou saisonnière est rapidement détectée de cette façon. Le diagnostic de la grippe H1N1 (grippe porcine) prendra plus de temps. D'autres examens comme des analyses de sang peuvent également être nécessaires.

**Y a-t-il un vaccin qui nous protège contre la grippe H1N1 (grippe porcine) ?
(Is there a vaccine to protect against H1N1 Influenza A (human Swine influenza)?)**

Actuellement il n'y a pas de vaccin qui nous protège contre le virus de la grippe humaine H1N1 (grippe porcine). Le vaccin saisonnier contre la grippe ne protège pas contre la grippe H1N1 (grippe porcine).

**Est-ce que nous pouvons attraper la grippe H1N1 (grippe porcine) en mangeant du porc ?
(Can you get H1N1 Influenza A (Human Swine Influenza) from eating pork ?)**

Non. Une bonne cuisson du porc devrait tuer tout virus. De plus les cochons qui présentent des symptômes de grippe ne réussiraient pas les tests pour entrer dans le marché alimentaire. Ceux qui touchent du porc cru devraient suivre les pratiques habituelles d'hygiène alimentaire.

**Est-ce que des avertissements ont été émis contre les voyages au Mexique ?
(Has there been a travel advisory issued for people travelling to Mexico?)**

Oui. Depuis le 27 avril 2009, l'Agence de santé publique du Canada (ASPC) recommande aux Canadiens d'éviter tout voyage non-essentiel au Mexique. Si un voyage au Mexique est inévitable, l'ASPC conseille aux Canadiens de s'assurer qu'ils reçoivent les vaccins contre la grippe, qu'ils se lavent les mains régulièrement et qu'ils évitent tout contact avec les gens qui semblent avoir une maladie respiratoire.

**Que dois-je faire si je reviens du Mexique et j'ai des symptômes de maladie respiratoire ?
(What do I do if I've been to Mexico and I have symptoms of a respiratory infection?)**

Si vous avez récemment été au Mexique et avez des symptômes d'une infection respiratoire avec une fièvre qui dépasse 38°C et une toux, vous devez rester à la maison et prendre soin de vous.

En particulier, vous devez vous reposer et éviter les contacts avec d'autres personnes jusqu'à la disparition des symptômes. Pour plus d'informations concernant les soins personnels, visiter www.health.Alberta.ca/health-info/influenza-how-to-care.html ou appeler l'info-santé Alberta au 1 866 408 5465.

Si vos symptômes sont graves et ne s'améliorent pas, appelez votre médecin pour prendre un rendez-vous et assurez vous de l'informer de vos récents voyages quand vous prenez le rendez-vous. Si le médecin vous renvoie à la maison, vous devez rester chez vous jusqu'à la disparition des symptômes. Si ensuite vous devenez essoufflé ou si vous développez des symptômes de maladie grave, vous devez contacter votre médecin ou aller aux services des urgences en vous assurant d'immédiatement informer tous les membres de l'équipe de soin que vous avez récemment voyagé. Si vous avez besoin d'aller au service des urgences, dites immédiatement à l'infirmière trieuse que vous avez des symptômes de maladie respiratoire et que vous avez récemment voyagé.

Que dois-je faire si je suis revenu(e) d'un voyage : (What if I have returned from travel?)

(i) il y a plus de 10 jours et je n'ai pas été malade ?

Vos risques ne sont pas élevés et aucune action particulière ne s'impose.

(ii) et je développe des symptômes plus de 10 jours après mon retour ?

Vous avez probablement attrapé votre maladie localement et vous pouvez appliquer les mesures habituelles de soins personnels.

**Quelle est la période d'incubation de la grippe H1N1 (grippe porcine) ?
(What is the incubation period for H1N1 Influenza A (Swine Influenza)?)**

La période d'incubation est probablement courte, ne dépassant pas 10 jours.

**Puis-je prendre des antiviraux si j'ai les symptômes de la grippe ?
(Can I get antivirals if I have symptoms of influenza?)**

En général les antiviraux ne sont pas utilisés ni recommandés pour les gripes bénignes. Les antiviraux doivent être prescrits par un médecin.

**Est-ce que les personnes présentant des symptômes doivent être testées ?
(Do people with symptoms need to be tested ?)**

Les personnes atteintes de grippe bénigne n'ont pas besoin d'être testées. Pour ceux qui ont des symptômes plus graves, consultez votre médecin. Il ou elle évaluera la situation et déterminera si le test est nécessaire.

Où puis-je obtenir plus d'information ? (Where do I get more information ?)

Le public devrait consulter les informations sur le site des services de santé de l'Alberta (Alberta Health Services) <http://www.albertahealthservices.ca/> ou parler avec une infirmière/un infirmier autorisé(e) 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 en appelant le numéro sans frais de l'info-santé 1-866-408-5465.

Si vous voulez lire nos précédents articles de la série « En route vers une bonne santé » veuillez consulter http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm et obtenez de l'information sur la santé dans votre langue.