

En savoir plus sur la grippe

Depuis plusieurs mois, il ne se passe pas de semaines voire même de jours sans qu'on ne nous parle de la « SWINE flu » ou grippe pandémique à virus A-H1N1. Quelques années en arrière c'était le virus H5N1 de la grippe aviaire qui était sous les feux de la rampe. A cette situation s'ajoute le fait que, dès septembre, les autorités de santé et les médecins incitent certains patients à se faire vacciner contre la grippe saisonnière. Dans ce contexte, certains repères sont nécessaires :

Le premier d'entre eux c'est le fait que les virus de la grippe appartiennent à une grande famille de virus et dans cette grande famille certains sont spécialistes de la contamination des humains, d'autres spécialistes de la contamination des oiseaux et volailles et d'autres encore sont spécialistes de la contamination des porcs. La plupart du temps, chaque groupe de virus reste dans sa spécialité. Cependant il arrive que les membres de la famille se retrouvent et échangent des informations sur la façon dont ils arrivent à contaminer telle ou telle cible et c'est ainsi qu'un virus qui normalement ne contaminait que les oiseaux ou que les porcs, devient capable de contaminer des êtres humains (ex : virus H5N1 & virus A-H1N1).

Le deuxième repère consiste à retenir que ces virus qui ont muté pour être capable de contaminer l'être humain sont totalement inconnus de son système immunitaire et de ce fait ils sont en mesure de contaminer un grand nombre d'individus dans le monde entier, créant ainsi ce que les spécialistes appellent une pandémie.

Le troisième repère c'est qu'il ne faut pas croire que parce qu'il y a un nouveau virus de la grippe humaine issue d'une mutation d'un virus animal, les virus de la grippe humaine, encore appelée grippe saisonnière, disparaissent. Bien au contraire ils continuent à circuler et demeurent tout aussi dangereux pour les sujets fragilisés.

En quatrième repère, noter qu'il n'y a que deux façons efficaces de lutter contre la dissémination de la grippe qu'elle soit saisonnière ou pandémique. En premier lieu penser aux mesures d'hygiènes qui consistent à éviter de contaminer où de se faire contaminer par les virus. Maintenir une bonne distance entre les interlocuteurs d'une conversation, porter un masque, mettre sa main devant sa bouche quand on tousse ou que l'on éternue et se laver régulièrement les mains font partie de ces mesures. Ensuite il faut se faire vacciner d'abord contre la grippe saisonnière et ensuite contre la grippe pandémique dès que le vaccin sera disponible.

Le dernier repère, c'est qu'à l'heure actuelle le virus A-H1N1 est moins virulent que le virus de la grippe saisonnière. Il convient donc de se faire vacciner contre la grippe saisonnière pour, d'une part, ne pas l'attraper et, d'autre part, pour éviter d'être l'hôte d'une rencontre entre un virus de la grippe saisonnière et un virus de la grippe pandémique car cette

rencontre pourrait permettre à ce dernier d'acquérir des compétences qui le rendraient bien plus virulent.

Se faire vacciner contre la grippe saisonnière est vivement recommandé surtout si l'on est fragilisé par d'autres maladies (diabète, drépanocytose, affection respiratoire chronique, etc.). Les premières doses de vaccins contre la grippe pandémique (virus A-H1N1) ne seront disponibles que pour les états qui vont vacciner en priorité les personnes qui jouent un rôle crucial dans la gestion des pandémies N'hésitez pas à prendre conseils auprès de votre médecin.