

QUESTIONS ET RÉPONSES

Cas de grippe A(H1N1)

2009-09-18 08 h 15

Ce document est mis à jour régulièrement.

Situation actuelle

À la suite de l'écllosion du nouveau virus de la grippe A(H1N1) dans le monde, les autorités de santé publique ont mis en place des activités de surveillance afin de connaître davantage ce virus ainsi que son évolution. Les interventions ont été ajustées en fonction de la multiplication des cas d'infection dans le monde, de la faible gravité des symptômes de la grippe A(H1N1) observée au Québec ainsi que des connaissances acquises lors des enquêtes effectuées récemment sur ce virus.

Ainsi, depuis le 15 mai 2009, les autorités de santé publique du Québec ne procèdent plus à la recherche systématique des cas suspects et probables de grippe A(H1N1) dans la communauté. Seuls les cas nécessitant une hospitalisation font dorénavant l'objet d'une investigation.

Le 11 juin, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a annoncé le passage à la phase 6, ce qui signifie que la pandémie est déclarée dans le monde. Cette décision était attendue, car le virus circulait déjà dans de très nombreux pays, dont le Canada, et se transmettait de personne en personne dans la population.

Les autorités de santé publique et les établissements de santé et de services sociaux du Québec se sont mobilisés dès l'apparition des premiers cas. La vigilance est maintenue et les gestes nécessaires sont posés, autant sur le plan de la prévention que sur celui de l'offre des soins, et ce, conformément au Plan québécois de lutte à une pandémie d'influenza.

Grippe A(H1N1)

Qu'est-ce qu'une pandémie de grippe ?

Une pandémie de grippe est déclarée lorsqu'un nouveau virus de la grippe apparaît et qu'il circule dans plusieurs régions du globe en se transmettant de façon soutenue et efficace entre les personnes. La grippe A(H1N1) constitue donc la première pandémie du 21^e siècle. Actuellement, les autorités de santé mondiale la considère modérée. Les symptômes de la grippe A(H1N1) s'apparentent dans la majorité des cas à ceux de la grippe saisonnière.

Le virus de la grippe A(H1N1) est-il le même que le virus A(H1N1) qui circule habituellement ?

Non. Le nouveau virus de la grippe A(H1N1), qui a fait son apparition à la fin d'avril, est très différent, sur le plan antigénique, des virus A(H1N1) qui circulent chaque année au cours de la saison grippale. Par conséquent, le vaccin antigrippal saisonnier ne pourrait probablement pas nous protéger contre ce nouveau virus.

Le virus de la grippe A(H1N1) ayant d'abord été associé aux porcs, doit-on éviter d'entrer en contact avec des porcs ?

Les porcs peuvent transmettre les virus de la grippe aux humains, et les humains peuvent transmettre les virus de la grippe aux porcs. Par conséquent, les personnes qui éprouvent les symptômes de la grippe doivent éviter d'entrer en contact avec des porcs. Toutefois, pour ce qui est du virus A(H1N1), peu de cas de transmission humain-porc ou porc-humain ont été recensés à ce jour.

Est-il possible de contracter le virus de la grippe A(H1N1) en mangeant de la viande de porc ?

Non, car le virus ne survit pas à la cuisson. Par conséquent, la consommation de viande de porc et de produits du porc manipulés et cuits de manière adéquate est tout à fait sécuritaire.

Symptômes, transmission, traitement et diagnostic de la grippe A(H1N1)

Quels sont les symptômes de la grippe A(H1N1) ?

Les symptômes de la grippe A(H1N1) sont comparables à ceux de la grippe saisonnière : fièvre, toux, fatigue, diminution de l'appétit, maux de tête et douleurs musculaires. Certaines personnes infectées par le virus A(H1N1) présenteront également de l'écoulement nasal, des maux de gorge, des nausées, des vomissements et de la diarrhée. Les symptômes peuvent varier d'une personne à une autre, et, comme cela se produit avec la grippe saisonnière, il est possible que des complications surviennent chez des personnes présentant une maladie chronique sous-jacente.

Comment la grippe A(H1N1) se transmet-elle ?

Le virus de la grippe se transmet très facilement à partir des gouttelettes du nez et de la bouche de la personne infectée.

On peut attraper la grippe si on entre en contact avec une surface contaminée ou une personne infectée et qu'on touche ensuite à son nez, sa bouche ou ses yeux. Les symptômes se développent entre un et sept jours après la contamination. Il est important de souligner que la personne atteinte peut être contagieuse 24 heures avant l'apparition des symptômes et jusqu'à 7 jours après leur début.

Le virus de la grippe vit mieux dans des endroits frais et secs. Il se propage à l'occasion de contacts rapprochés entre les personnes. Plusieurs circonstances favorisent ces contacts, dont vivre sous le même toit que d'autres, donner des soins à une personne malade, utiliser les transports en commun, fréquenter les salles de spectacle, participer aux rassemblements sportifs et autres manifestations publiques.

Pendant combien de temps le virus A(H1N1) peut-il survivre à l'extérieur du corps ?

Le virus peut vivre durant une certaine période sur les surfaces dures. Toutefois, il est facilement détruit grâce au lavage des mains avec de l'eau tiède et du savon ou avec un désinfectant pour les mains. Les désinfectants ménagers détruisent le virus présent sur les surfaces.

Quelles sont les périodes d'incubation et de contagiosité de la grippe A(H1N1) ?

Les symptômes de la grippe A(H1N1) se développent entre un et sept jours après la contamination. La personne atteinte peut être contagieuse 24 heures avant l'apparition des symptômes et jusqu'à 7 jours après leur début.

Que faire si on présente des symptômes de la grippe ?

Une personne en bonne santé devrait normalement guérir par elle-même. Les personnes atteintes de la grippe A(H1N1) devraient, dans la mesure du possible, rester chez elles jusqu'à la fin des symptômes et se reposer. Bien que le traitement de la grippe ne nécessite habituellement pas de médicaments, les médicaments en vente libre peuvent être utilisés pour soulager les symptômes. Afin d'éviter de contaminer les autres, il est important de limiter ses contacts avec l'entourage et les proches jusqu'à la fin des symptômes.

Enfin, les [pratiques d'hygiène respiratoire](#) habituelles s'appliquent aussi pour les personnes malades :

- se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir de papier lorsqu'on tousse ou éternue;
- jeter le mouchoir de papier à la poubelle;
- en l'absence de mouchoir de papier, tousser ou éternuer dans le pli de son coude ou le haut de son bras;
- se laver les mains souvent. Si on n'a pas accès à de l'eau et du savon, utiliser un produit antiseptique.

Quand doit-on consulter un professionnel de la santé en cas de grippe ?

En général, une consultation est indiquée quand une personne qui a des symptômes de grippe, dont la fièvre, présente :

- des risques de complications à cause de son âge (moins de 2 ans ou plus de 65 ans) ou à cause d'une maladie chronique;
- des risques de complications liées à une grossesse;
- des douleurs ou de la difficulté à respirer;
- des vomissements depuis plus de 4 heures;
- de la confusion ou des convulsions.

Pour arriver à prendre la meilleure décision pour soi et ses proches, on peut consulter le feuillet [*Aide à la décision*](#) et le dépliant [*Grippe A\(H1N1\) Ce que vous devez savoir Ce que vous devez faire - Pour protéger votre santé et la santé des autres.*](#)

Que faire si son enfant présente des symptômes de grippe ?

Au même titre que l'ensemble de la population, un enfant généralement en bonne santé devrait guérir facilement de la grippe. Les symptômes des enfants peuvent cependant être différents de ceux des adultes, c'est pourquoi il faut demeurer vigilant.

Il est toutefois important d'appeler Info-Santé 8-1-1 ou de consulter un médecin si on croit que son enfant est atteint de la grippe A(H1N1) et :

- qu'il a moins de 2 ans et fait plus de 38 °C ou 100,4 °F;
- qu'il est porteur d'une maladie chronique ou est immunodéprimé et fait plus de 38° C ou 100,4 ° F;
- qu'il semble très malade, sans énergie, et qu'il est difficile à réveiller.

Il est par ailleurs important de veiller au confort de l'enfant malade et de lui donner les médicaments appropriés selon son poids et les indications du fabricant.

Y-a-t-il des groupes plus à risques de contracter la grippe A(H1N1)?

A moins d'être en contact étroit et constant avec des personnes ayant la grippe A(H1N1), aucune donnée scientifique ne laisse croire qu'il existe des groupes d'individus qui sont plus à risque de contracter ce virus. Par contre, certaines personnes, dont les femmes enceintes et celles ayant des maladies chroniques, sont plus vulnérables aux complications que peut entraîner la grippe A(H1N1), si celle-ci est leur ait transmise.

Quels sont les médicaments qui permettent de traiter la grippe A(H1N1) ?

Les antiviraux sont utilisés pour la prévention et le traitement précoce de la grippe. S'ils sont pris dans les 48 heures suivant le début de la maladie, ils peuvent en atténuer les symptômes, en raccourcir la durée et possiblement en prévenir les complications. Les antiviraux ne sont pas des vaccins, par conséquent ils n'immunisent pas contre le virus.

Comment peut-on se procurer des antiviraux ?

Les antiviraux ne sont pas indiqués chez tous les malades, c'est le médecin qui détermine quel malade doit recevoir un traitement aux antiviraux et quel antiviral il recevra.

Dans combien de temps sera mis au point un vaccin ?

Les travaux pour la fabrication d'un vaccin contre la souche responsable de la grippe A(H1N1) ont déjà commencé, et le vaccin sera probablement disponible au cours de l'automne. Le vaccin sera produit en quantité suffisante pour l'ensemble de la population canadienne.

Vaccination

Y aura-t-il suffisamment de vaccin pour l'ensemble de la population ?

Le gouvernement du Canada a annoncé, pour le compte des provinces et des territoires, une commande pour l'achat de 50,4 millions de doses du vaccin de la grippe A(H1N1) à l'intention de la population canadienne. Le Québec s'est assuré d'avoir suffisamment de doses du vaccin afin de pouvoir immuniser tous les citoyens qui pourraient avoir besoin du vaccin ou qui souhaiteraient obtenir une telle protection contre le virus.

Qui recevra le vaccin et comment se déroulera la distribution des doses dans la population ?

Tout individu qui aura besoin du vaccin ou qui souhaite obtenir une telle protection contre le virus A(H1N1) pourra le recevoir. Dès que les premières doses seront disponibles, le vaccin sera tout d'abord offert aux personnes les plus vulnérables :

- les femmes enceintes;
- les malades chroniques de moins de 65 ans;
- les enfants de plus de 6 mois et moins de 5 ans;
- les personnes habitant une localité ou une communauté éloignée ou isolée;
- les travailleurs de la santé;
- ceux et celles qui habitent avec des personnes à risque élevé ne pouvant être immunisées (nourrissons âgés de moins de six mois et les personnes immunocompromises).

Il est important de mentionner que la vaccination est volontaire. Toute la population pourra bénéficier de l'immunisation et les modalités de la campagne provinciale seront précisées sous peu.

Le vaccin sera-t-il gratuit pour l'ensemble des Québécoises et des Québécois ?

Le Québec s'est doté d'un programme pour offrir des cliniques d'immunisation concernant la grippe A(H1N1). Le vaccin sera donc gratuit pour l'ensemble de la population québécoise.

Le gouvernement du Québec est-il prêt à gérer une vaccination de masse si nécessaire ?

Un plan provincial de lutte à la pandémie, incluant une vaccination volontaire pour toute la population, peut être déployé à tout moment si les autorités concernées le jugent nécessaire. La population serait alors informée en temps et lieu des actions entreprises dans le réseau de la santé et des comportements à adopter pour en faciliter le processus.

Mesures de prévention

Comment peut-on prévenir une infection par le virus de la grippe ?

Les pratiques d'hygiène et de prévention devraient être appliquées en tout temps et en tout lieu afin d'éviter la propagation du virus. Se laver souvent les mains avec de l'eau et du savon de même que tousser et éternuer dans un mouchoir ou dans le pli de son coude ou le haut de son bras plutôt que dans ses mains constituent des mesures de prévention simples et faciles à adopter.

Doit-on prendre des mesures additionnelles, comme porter un masque chirurgical, pour éviter de contracter la grippe A(H1N1) ?

Actuellement, les autorités gouvernementales canadiennes ne recommandent pas à l'ensemble de la population de porter un masque pour se protéger de la grippe A(H1N1). Jusqu'à présent, cette mesure n'a pas été jugée efficace pour éviter la transmission de la grippe. En effet, les gens portent souvent leur masque de manière inadéquate ou le contaminent lorsqu'ils l'installent ou l'enlèvent, ce qui, en fait, augmente les risques de contamination. Seules les personnes malades devraient porter un masque lorsqu'elles se trouvent en présence d'autres personnes afin d'éviter de les contaminer.

Information pour les voyageurs

Quelles sont les mesures prises par les autorités gouvernementales à l'égard des voyageurs qui arrivent au Canada et qui pourraient être contaminés par le virus de la grippe A(H1N1) qui circule actuellement au Québec ?

Tous les voyageurs internationaux qui arrivent au pays, peu importe le mode de transport (aérien, routier, ferroviaire et maritime), font l'objet d'un contrôle visuel, notamment sur leur état de santé. Cette mesure n'est pas spécifique pour le cas de la grippe A(H1N1).

Des consignes sont-elles toujours en vigueur pour les voyageurs et les travailleurs à destination du Mexique ?

Étant donné que les derniers renseignements en provenance du Mexique indiquent que le risque d'y contracter le virus H1N1 diminue et que presque tous les cas déclarés au Canada et aux États-Unis ont été bénins, l'Agence de santé publique du Canada (ASPC) ne recommande plus aux Canadiens de reporter leurs voyages non essentiels au Mexique, et ce, depuis le 18 mai 2009.

Doit-on se faire vacciner avec le vaccin saisonnier si on se rend au Mexique ?

Non. Par contre, si on voyage au Mexique ou ailleurs dans le monde, il est recommandé de consulter une clinique de santé voyage pour savoir si la grippe saisonnière est toujours présente là où l'on se rend.

Comment trouver un médecin à l'étranger en cas de maladie ?

Lorsque des soins d'urgence sont nécessaires, la meilleure solution est souvent de se rendre à l'hôpital le plus près. Par ailleurs, les principaux hôtels qui accueillent des touristes disposent généralement de médecins qui peuvent fournir des soins médicaux. Les hôtels peuvent également donner des rendez-vous avec des médecins locaux.

Une liste de médecins et d'hôpitaux est diffusée dans le site Web de l'Ambassade du Canada au Mexique à l'adresse suivante : [www.canadainternational.gc.ca/mexico-mexique/emerge-urgence/med.aspx].

Pour en savoir plus

- Pour tout **renseignement général** sur la grippe A(H1N1), on peut communiquer avec **Services Québec**, tous les jours, de 8 h 30 à 16 h 30, au **1 877 644-4545**.
- On peut également consulter le **site Internet gouvernemental Pandémie Québec** : [www.pandemiequebec.gouv.qc.ca]. Ce site contient toute l'information utile à la population et aux travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux.
- Pour toute question relative à la **santé** physique des personnes, on peut communiquer avec **Info-Santé** au **8-1-1**.
- Pour toute question sur la grippe porcine (chez les porcs), consulter les sites Internet suivants : [www.mapaq.gouv.qc.ca] et [www.inspection.gc.ca].