



Attention aux personnes à  
risque !!!



Qui est à risque ?

Les enfants de moins de 2 ans

Les femmes enceintes

Les patients souffrant de maladies chroniques.

Telles que :

- Maladie respiratoire (mucoviscidose,...)
- Maladie cardiaque, rénale, hépatique.
- Maladie neuromusculaire.
- Maladie métabolique, diabète.
- Immunodéficiences (cancer, greffe...).
- Drépanocytose.
- Obésité morbide.

Les traitements antiviraux (Tamiflu®)

sont-ils nécessaires ?

- Ils peuvent diminuer la durée des symptômes de 1 jour en moyenne si on les administre endéans les 48h.
- Ils ont une efficacité limitée pour réduire les complications chez les adultes à risque.
- Il y a très peu d'études chez l'enfant.
- Le Tamiflu® peut être administré en cas de grippe sévère chez les personnes à risque.
- Il ne faut pas traiter la grippe chez les personnes qui ne sont pas dans les groupes à risque.
- Il ne faut pas traiter l'entourage d'un malade de la grippe.
- Les effets secondaires au Tamiflu® ne sont pas rares (nausées, insomnies).



[www.influenza.be](http://www.influenza.be)

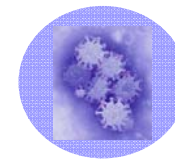


080099777 call centre Influenza

HOPITAL UNIVERSITAIRE DES  
ENFANTS REINE FABIOLA



Information



au

patient et à sa famille

**Grippe**  
**A/H1N1**

Doit-on

s'inquiéter ?

Avenue. J.J. Crocq 15  
1020 BRUXELLES

Rédigé le 12/08/2009

Les informations contenues dans ce dépliant sont susceptibles d'être revues selon l'évolution de la situation

# Qu'est-ce que la grippe H1N1 ?

Il s'agit d'une maladie contagieuse comme la grippe hivernale, provoquée par un variant du virus de la grippe appelé H1N1.

**Cette grippe n'est pas plus dangereuse que la grippe saisonnière !**

Pourquoi en parle-t-on tellement ???

Notre organisme n'a jamais rencontré ce virus, nous n'avons donc pas d'anticorps (défenses).

Le nombre de gens malades sera plus élevé que d'habitude.

La majorité des gens présentera une atteinte bénigne.

Un vaccin contre ce virus sera disponible vers octobre-novembre 2009 pour les personnes à risque et les soignants.

Quels en sont les symptômes ?

On peut présenter brutalement :

- Fièvre ( T° supérieure à 38°C)
- Douleurs musculaires
- Fatigue importante
- Symptômes respiratoires
- Diarrhée

Combien de temps est-on contagieux ?

- 2 jours avant les premiers symptômes
- 6 jours après les premiers symptômes

Comment se transmet la grippe H1N1 ?

- Par gouttelettes de salive émises lors de la toux ou de l'éternuement.
- Le virus peut arriver via l'air sur les objets.
- Les postillons sont également transmis par les mains.

Comment se protéger contre la grippe H1N1 ?

1. Eviter les contacts avec des malades

- **Si vous êtes malade, restez à la maison !**
- **Contactez votre médecin traitant.**
- **Ne mettez pas vos enfants malades à la crèche ou à l'école.**

2. Pratiquer une bonne hygiène des mains

- Se laver régulièrement les mains au savon.
- Apprenez aux enfants à se laver les mains.



3. Exercer une bonne hygiène respiratoire



Utiliser des mouchoirs en papier jetables



Laver les objets et doudous régulièrement.

4. Adopter un mode de vie sain

- Manger équilibré.
- Faire du sport.
- Aérer votre domicile 10 minutes minimum 2 X par jour.