

Foire aux questions sur la grippe H1N1

29 avril 2009

Qu'est ce que la grippe H1N1?

Des cas de grippe H1N1 ont été signalés au Canada, au Mexique, aux États-Unis et dans de nombreux autres pays. La grippe H1N1, parfois appelée grippe porcine chez l'être humain, est une forme de grippe qui habituellement touche les porcs mais qui peut aussi s'attaquer aux humains. Quelques cas graves d'une nouvelle forme de grippe ont été signalés au Mexique. Pour l'instant, aucun cas de grippe H1N1 n'a été signalé au Manitoba et aucun cas de la forme grave de la maladie n'a été signalé au Canada.

Quelles précautions dois-je prendre?

Nous encourageons les Manitobains et les Manitobaines à suivre les précautions habituelles :

Lorsque vous toussiez ou éternuez, couvrez votre bouche et votre nez avec votre manche ou le creux de votre coude ou à l'aide d'un mouchoir. lavez-vous les mains souvent avec du savon et de l'eau, surtout après avoir toussé ou éternué.

Les désinfectants pour les mains à base d'alcool sont aussi efficaces. gardez une bonne santé en consommant des aliments sains, en faisant de l'activité physique et en dormant suffisamment.

Que faire si je pense avoir attrapé la grippe H1N1?

Comme pour toutes les maladies qui ressemblent à la grippe, si la maladie évolue et que vous commencez à avoir des symptômes d'une infection respiratoire, faites ce qui suit :

n'allez pas à l'école ou au travail et limitez les contacts avec les autres afin de ne pas leur transmettre votre infection;
réduisez la propagation des germes en évitant de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche et en vous lavant les mains souvent;
communiquez avec votre fournisseur de soins de santé ou avec Health Links-Info Santé au 788-8200 ou au 1-888-315-9257 si vos symptômes s'aggravent ou si vous pensez que vous pourriez avoir besoin de soins.

Que dois-je faire si j'ai voyagé dans une région où l'on a rapporté des cas de grippe H1N1?

Si vous avez fait un voyage dans une région touchée et que vous n'avez pas de symptômes grippaux, vous n'avez pas besoin de vous rendre dans un établissement de santé et de manquer le travail ou l'école. S'il y a maintenant une semaine que vous avez quitté le Mexique ou une autre région touchée par la

grippe H1N1 et que vous n'avez pas de symptômes grippaux, vous n'avez pas à vous inquiéter.

Quelles sont les mesures à prendre pour protéger les enfants?

Les enfants devraient prendre les mêmes précautions que les adultes, y compris laver leurs mains régulièrement et couvrir leur nez et leur bouche lorsqu'ils toussent. Les jeunes enfants pourraient avoir besoin d'aide pour se laver les mains. Les enfants qui ont des symptômes grippaux devraient rester à la maison et ne pas aller à l'école ou à la garderie. Afin d'éviter la propagation des germes, nettoyez régulièrement les surfaces dans les endroits où les enfants jouent. Si vous avez des questions ou si vous pensez que votre enfant pourrait avoir besoin de soins, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé ou avec Health Links-Info Santé au 788-8200 ou au 1-888-315-9257.

Que fait le gouvernement pour faire face à cette situation?

Le gouvernement provincial et tous les offices régionaux de la santé travaillent ensemble afin de faire face à cette situation. Bien que cette forme de virus de la grippe soit nouvelle, le système de santé fait régulièrement face à des cas de grippe chaque année. À cause de l'existence de ce virus, les fournisseurs de soins de santé surveillent les personnes qui ont des symptômes grippaux qui reviennent d'une zone touchée par la grippe H1N1.

Y a-t-il des cas de grippe porcine chez les porcs au Manitoba?

Les vétérinaires manitobains et l'industrie du porc surveillent constamment l'apparition de nouvelles maladies. Pour l'instant, rien n'indique que ce nouveau virus circule parmi les troupeaux de porcs du Manitoba. La grippe porcine n'est pas inhabituelle chez les porcs et elle n'est généralement pas mortelle chez ces animaux. La grippe porcine existe au Canada et au Manitoba depuis un certain nombre d'années.

Est-ce que manger de la viande de porc est sans danger?

Manger de la viande de porc convenablement cuite au Canada est sans danger. Pour l'instant, rien n'indique que le virus puisse se transmettre par l'intermédiaire d'aliments contaminés. La chaleur tue facilement n'importe quel virus, y compris les virus grippaux. Assurez-vous donc de bien faire cuire la viande de porc, jusqu'à ce qu'elle n'ait plus une teinte rosée et que le jus soit clair. Elle devrait être cuite jusqu'à une température interne d'au moins 71° C.

Est-ce que les personnes qui travaillent avec des porcs risquent d'attraper la grippe porcine?

Les producteurs de porcs sont encouragés à utiliser des mesures de biosécurité en permanence dans leurs porcheries afin de réduire les risques d'infection pour leurs animaux. Cela veut dire que les personnes qui travaillent avec des porcs devraient protéger leur santé en changeant de tenue lorsqu'ils entrent et sortent des porcheries, en portant des masques et des gants et en se lavant les mains.

Les producteurs travaillent aussi en étroite collaboration avec les vétérinaires afin de maintenir leurs animaux en bonne santé.

Est-ce que cette grippe H1N1 va être à la source d'une pandémie?

Les virus de la grippe évoluent avec le temps. Il est difficile de dire si l'éclosion actuelle va soudainement s'arrêter ou va continuer. Les responsables de la santé continuent à surveiller la situation. Les plans d'intervention en cas de pandémie ou d'autres situations d'urgence sont prêts et peuvent être utilisés au besoin. Pour plus de renseignements, veuillez consulter le site Web consacré à la grippe H1N1 à www.manitoba.ca.