Les variants de la grippe

Certaines années, il peut y avoir des variants plus agressifs.

Ils touchent plus de personnes (personnes plus jeunes) et/ou donnent des symptômes plus importants (ex. : la grippe H1N1).

Equipe Opérationnelle Hygiène Hospitalière

Site Sambre

071 26 56 73

Site Meuse

081 72 65 84

chrsm
Centre Hospitalier Régional Sambre et Meuse

Centre Hospitalier Régional Sambre et Meuse
www.chrsm.be

CHRSM - site Meuse
Avenue Albert 1er, 185
5000 Namur
Tél : +32 (0)81 72 61 11
www.chrn.be

CHRSM - site Sambre
Rue Chère-Voie, 75
5060 Sambreville
Tél : +32 (0)71 26 52 11
www.chrvs.be

Suivez l'actualité du **CHRSM** sur les réseaux sociaux

Éd. resp. : Stéphane Rillaerts, Centre Hospitalier Régional Sambre et Meuse | Réalisation : Service Communication | Mise à jour : octobre 2021

chrsm
Centre Hospitalier Régional Sambre et Meuse

La grippe

Brochure d'information au patient

Qu'est-ce que la grippe ?

La grippe est causée par un virus qui contamine le système respiratoire (nez, gorge, bronches et parfois les poumons). Il se transmet d'individu à individu par contact direct (gouttelettes projetées par une personne infectée qui tousse ou éternue) ou indirect (objets, déchets…).
L'infection dure plus ou moins une semaine et peut se limiter à quelques symptômes ou, au contraire, donner lieu à une maladie grave.

Les symptômes

- Une forte fièvre soudaine;
- Des douleurs musculaires;
- Des maux de tête;
- Un mal-être général.

D'autres symptômes peuvent survenir :

- Fatigue;
- Toux;
- Eternuements;
- Congestion et irritation du nez, des yeux, de la gorge et des oreilles;
- Mal de gorge.

Les mesures de précaution

- Lavez-vous soigneusement et fréquemment les mains au savon et à l'eau chaude.
- Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en papier lorsque vous éternuez.
- Après vous être essuyé le nez ou mouché, jetez le mouchoir et lavez-vous les mains.
- En l'absence de mouchoir, toussez et éternuez dans votre bras plutôt que dans la main.
- Restez à la maison et évitez les foules car vous pouvez transmettre facilement la grippe à d'autres personnes.
- Privilégiez les contacts téléphoniques aux visites.
- N'allez pas travailler ou ne vous rendez pas à l'école pour une période de minimum 7 jours.
- Gardez vos objets personnels à part de ceux des autres membres de la maison.
- Ne partagez ni breuvages, ni nourriture.
- En cas de température ou de douleurs, prenez des antipyrétiques (Dafalgan ®, Junifen ®...) mais pas d'Aspirine ®.
- Reposez-vous et buvez régulièrement afin de maintenir votre hydratation.
- Appelez votre médecin traitant ou son remplaçant en cas d'aggravation ou de persistance de la fièvre au delà de 2 jours.