

**PANDÉMIE (H1N1) 2009
QUESTIONS ET RÉPONSES POUR LES PARENTS D'ENFANTS D'ÂGE SCOLAIRE ET
PRÉSCOLAIRE**

MISE À JOUR : 18 SEPTEMBRE 2009

1. Qu'est-ce que la grippe pandémique (H1N1) 2009?

La grippe pandémique (H1N1) 2009 est une nouvelle souche du virus de la grippe A qui a été découverte en 2009 et classée parmi les virus pandémiques par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Elle est contagieuse et se transmet dans de nombreux pays du monde. Cette souche contient une combinaison de gènes issus des virus grippaux porcins, aviaires et humains.

2. Est-ce la même chose que la grippe saisonnière?

Non. Les souches de la grippe saisonnière circulent chaque année. Cette souche est différente des souches précédentes ou actuelles du virus de la grippe saisonnière chez l'homme.

3. De quelle manière se propage le virus?

Le virus de la grippe pandémique (H1N1) 2009 est un virus respiratoire. Il se transmet de la même façon que les virus saisonniers : lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue, elle expulse dans l'air le virus, qui peut alors être inhalé par d'autres personnes. Ces virus peuvent également rester sur les surfaces dures comme les comptoirs, les robinets et les poignées de porte où ils peuvent se transférer sur les mains des personnes qui les touchent. Les virus peuvent ensuite être transmis des mains aux yeux, à la bouche ou au nez.

4. Comment puis-je savoir si mon enfant est atteint de la grippe pandémique (H1N1) 2009?

Le virus de la grippe pandémique (H1N1) 2009, tout comme le virus de la grippe saisonnière, entraîne un syndrome grippal, voir la description ci-dessous.

5. Qu'est-ce qu'un syndrome grippal (SG)?

Le syndrome grippal présente une apparition soudaine de symptômes respiratoires accompagnés de toux et de fièvre (pas dans tous les cas), ainsi qu'au moins un des symptômes suivants : maux de gorge, douleurs articulaires, douleurs musculaires ou état de faiblesse. Il peut également y avoir une diarrhée, des nausées ou des vomissements.

6. Combien de temps une personne qui a contracté la grippe pandémique (H1N1) 2009 demeure-t-elle contagieuse?

Une personne est généralement contagieuse un jour avant l'apparition des symptômes et pendant les sept jours suivants. Les enfants, en particulier les plus jeunes, les personnes qui présentent une déficience immunitaire et celles atteintes d'une maladie grave peuvent demeurer contagieuses plus longtemps (jusqu'à 10 jours).

7. Est-ce que mon enfant sera très malade?

La plupart des personnes atteintes ne manifestent que des symptômes bénins. Dans quelques cas, la maladie s'est transformée en maladie respiratoire grave. La plupart des personnes prennent une semaine à se remettre de la grippe.

8. Que doit faire mon enfant s'il a les symptômes de la grippe pandémique (H1N1) 2009?

Si votre enfant présente un syndrome grippal bénin et qu'il était en bonne santé auparavant, il doit rester à la maison au repos et éviter tout contact rapproché avec les autres, dans la mesure du possible. Ces mesures servent à éviter la contagion du virus.

9. Que dois-je dire à l'école ou à la garderie si mon enfant est malade?

Informez l'école ou la garderie si votre enfant doit rester à la maison. Les parents peuvent devoir expliquer la raison de l'absence de l'enfant, comme une maladie, une blessure ou un rendez-vous chez le médecin ou le dentiste. Les renseignements sur la maladie aideront Alberta Health Services à connaître les types de maladies dans les écoles.

10. Si mon enfant a un syndrome grippal, combien de temps doit-il rester à la maison?

Les élèves qui sont malades doivent rester à la maison jusqu'à ce que les symptômes disparaissent et qu'ils se sentent en état de participer pleinement à toutes les activités quotidiennes habituelles.

11. Que dois-je faire si les symptômes de mon enfant s'aggravent?

Si les symptômes de votre enfant s'aggravent, par exemple qu'il a plus de mal à respirer ou qu'il a des douleurs thoraciques, ou s'il ne se rétablit pas, appelez la ligne sans frais Health Link Alberta au 1-866-408-LINK (5465) pour obtenir des conseils ou consultez votre médecin. Si les symptômes deviennent graves, rendez-vous au service des urgences immédiatement. Informez le personnel soignant des symptômes de votre enfant, surtout s'il tousse ou s'il éternue.

12. Existe-t-il un traitement contre le virus de la grippe pandémique (H1N1) 2009?

Un traitement précoce aux antiviraux peut être conseillé pour les personnes à risque de complications.

13. Peut-on se faire vacciner contre la grippe?

La vaccination est le meilleur moyen d'éviter d'attraper la grippe et elle permet d'empêcher la propagation du virus aux autres. Alberta Health Services distribuera le vaccin contre la grippe saisonnière à partir d'octobre 2009 et le vaccin contre la grippe pandémique (H1N1) à partir de novembre ou décembre 2009 (selon la disponibilité du vaccin) à tous les Albertains à divers endroits dans toute la province. Les dates et lieux précis seront annoncés prochainement.

14. Que puis-je faire pour protéger mon enfant et ma famille contre le virus de la grippe pandémique (H1N1) 2009?

- a) Le nettoyage des mains est un moyen important et efficace pour empêcher la propagation du virus. Lavez-vous toujours les mains avant de préparer des aliments, de manger ou de vous toucher le visage et après avoir éternué ou toussé, avoir été aux toilettes ou avoir touché un objet contaminé.

- Se laver les mains avec du savon et de l'eau tiède reste l'un des moyens les plus efficaces pour contrer la propagation de l'infection. Lavez-vous les mains au savon et à l'eau lorsqu'elles sont visiblement sales. Le geste mécanique de se frotter les mains avec du savon sous une eau tiède pendant au moins 15 secondes, puis les assécher avec une serviette en tissu sèche ou une serviette en papier permet d'éliminer efficacement les bactéries qui se trouvent sur la peau.
 - Si vous n'avez pas accès à du savon et de l'eau, vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool, à condition de ne pas avoir les mains visiblement sales. Vos mains doivent être sèches avant l'application. Appliquez suffisamment de produit désinfectant pour recouvrir toute la surface des mains, en insistant sur le bout des doigts, le dos de la main et la base du pouce. Continuez de vous frotter les mains jusqu'à ce que le produit soit entièrement sec, ce qui prend au moins 15 à 20 secondes.
- b) Se couvrir avec un mouchoir quand vous toussiez et vous éternuez et le jeter à la poubelle, ou se couvrir la bouche et le nez dans le creux du bras et non pas avec la main.
 - c) Nettoyer souvent les pièces à l'aide de produits d'entretien ménager, en insistant sur les zones souvent touchées comme l'évier et les robinets de la cuisine et la salle de bain, les poignées de porte, les téléphones et les claviers d'ordinateur.
 - d) Éviter tout contact rapproché avec des personnes malades.
 - e) Surveiller l'état de votre enfant et rester à la maison si vous êtes malade.

15. Où puis-je obtenir des renseignements supplémentaires?

Health Link Alberta 1-866-408-LINK (5465)

Alberta Health Services www.albertahealthservices.ca

Alberta Health and Wellness www.health.alberta.ca

Alberta Education www.education.alberta.ca

Agence de la santé publique du Canada (ASPC) www.phac-aspc.gc.ca