

## **SANTÉ ET DE SÉCURITÉ AU TRAVAIL**

---

### **LE VIRUS DE LA GRIPPE H1N1**

***L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a récemment déclenché une alerte de niveau 6 pour la grippe causée par le virus H1N1, désormais considérée comme une pandémie.***

#### **Qu'est-ce que le virus H1N1?**

Le virus de la grippe H1N1 cause une maladie respiratoire dont les symptômes ressemblent à ceux de la grippe humaine saisonnière.

#### **Quels en sont les symptômes?**

Les symptômes comprennent de la fièvre, de la fatigue, le manque d'appétit, de la toux et le mal de gorge. Des personnes infectées par le virus de la grippe H1N1 ont également signalé des vomissements et de la diarrhée.

#### **Est-il contagieux?**

Oui, ce virus est contagieux. Comme la plupart des personnes qui ont contracté le virus de la grippe H1N1 n'ont pas été en contact direct avec des porcs, nous savons que le virus se transmet d'une personne à l'autre.

La grippe et d'autres infections respiratoires sont transmises de personne à personne lorsque le virus pénètre dans le corps par le nez, la bouche ou les yeux. Répandus dans l'air ambiant par la toux et les éternuements, les germes peuvent être respirés par les autres. Les virus peuvent également tomber sur des surfaces dures comme les comptoirs et les poignées de porte, d'où ils se transmettent aux mains et ensuite au système respiratoire lorsque la personne touche sa bouche ou son nez.

#### **Est-ce que tous les cas sont graves?**

Non. À ce jour, les cas de grippe H1N1 déclarés au Canada et aux États-Unis étaient plus bénins que ceux du Mexique.

#### **Y a-t-il un risque d'attraper ce virus en mangeant du porc?**

Non. Le virus de la grippe H1N1 ne se transmet pas par la viande de porc. Continuez toutefois de suivre les procédures de préparation et de cuisson recommandées pour réduire le risque de maladies transmises par la nourriture.

## ***Existe-t-il des médicaments pour traiter la grippe H1N1?***

Oui. Une étude préliminaire indique que deux médicaments antiviraux sur ordonnance, Tamiflu et Relenza, traitent efficacement la grippe H1N1.

## ***Comment puis-je me protéger contre l'infection?***

L'Agence de la santé publique recommande aux Canadiens :

- ⇒ de se laver soigneusement les mains avec de l'eau chaude savonneuse ou d'utiliser un désinfectant pour les mains contenant au moins 65 % d'alcool;
- ⇒ de tousser et d'éternuer dans le creux de leur bras;
- ⇒ de se faire vacciner chaque année contre la grippe;
- ⇒ de poursuivre leurs activités habituelles, mais de rester à la maison s'ils sont malades.

## ***Quelles précautions devraient prendre les travailleur(euse)s de la santé?***

*Remarque : Ces recommandations s'adressent également aux travailleur(euse)s qui sont quotidiennement en contact avec le public.*

Afin de limiter les risques d'infection, les travailleur(euse)s de la santé doivent se laver souvent les mains. Lorsqu'ils sont en contact étroit avec des patients infectés, les travailleur(euse)s de la santé doivent prendre des mesures de précaution supplémentaires, comme le port d'un masque (N95), d'un dispositif de protection oculaire et de gants.

## ***L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a déclaré que la grippe H1N1 était une pandémie de phase 6. Qu'est-ce que cela signifie?***

Une pandémie de phase 6 est caractérisée par des flambées épidémiques à l'échelon communautaire dans au moins un pays d'une autre région de l'OMS (pas en Amérique du Nord). La déclaration de cette phase indique qu'une pandémie mondiale est en cours.

## ***Définition d'une pandémie de grippe***

Une pandémie de grippe se définit comme l'arrivée d'un nouveau virus de la grippe, qui se répand facilement entre les humains dans une vaste région géographique.

## ***Je reviens d'une région touchée, mais je ne ressens pas de symptômes grippaux. Devrais-je rester à la maison?***

Non. On conseille à ceux qui reviennent de voyage et qui sont asymptomatiques de poursuivre leurs activités quotidiennes.

## ***Devrais-je éviter d'entrer en contact avec des personnes qui reviennent d'une région touchée?***

Les voyageurs qui reviennent au pays font l'objet d'un dépistage en vue de détecter des signes précurseurs de la grippe. On conseille à ceux qui sont asymptomatiques de reprendre leurs activités quotidiennes normales. Les voyageurs qui déclarent des symptômes associés à la grippe H1N1 seront évalués et, s'il y a lieu, ils seront isolés.

## ***Où puis-je trouver de l'information tenue à jour?***

Comme le virus H1N1 provoque une nouvelle forme de grippe, nous en apprenons encore à son sujet. Pour obtenir les renseignements les plus récents, visitez les sites Web suivants :

L'Agence de la santé publique du Canada : [www.phac-aspc.gc.ca](http://www.phac-aspc.gc.ca)

Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail : [www.cchst.ca](http://www.cchst.ca)

*Lhsepb343*