

GRIPPE A (H1N1)

# DES GESTES SIMPLES POUR LIMITER LES RISQUES DE TRANSMISSION



**LAVEZ-VOUS LES MAINS  
PLUSIEURS FOIS PAR JOUR**  
AVEC DU SAVON OU UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE



**UTILISEZ UN MOUCHOIR EN PAPIER  
POUR ETERNUER OU TOUSSER,**  
PUIS JETEZ-LE DANS UNE POUBELLE ET LAVEZ-VOUS LES MAINS



**EN CAS DE SYMPTÔMES GRIPPAUX,  
APPELEZ VOTRE MEDECIN TRAITANT  
OU LE 15**

**POUR TOUTE INFORMATION**

**0 825 302 302**

(0,15 euro/min depuis un poste fixe)

**[www.pandemie-grippale.gouv.fr](http://www.pandemie-grippale.gouv.fr)**

**inpes**

Institut national  
de prévention et  
d'éducation pour  
la santé



## GRIPPE A (H1N1)

# DES RÉPONSES À VOS QUESTIONS

### DE QUOI S'AGIT-IL ?

La grippe A (H1N1) est une infection humaine par un nouveau virus grippal de la famille A (H1N1) qui infecte habituellement les porcs.

**C'est une infection virale qui se transmet maintenant d'homme à homme (transmission interhumaine).**

### COMMENT SE PROPAGE CETTE GRIPPE ?

Dans le cadre de l'épidémie actuelle, la transmission se fait de la même manière que celle d'une grippe saisonnière :

- par la **toux**, les **éternuements** ou les **postillons** ;
- par **contact rapproché avec une personne infectée**, par exemple lorsqu'on l'embrasse ou qu'on lui serre la main ;
- par **contact avec des objets touchés et contaminés** par une personne malade (exemple : une poignée de porte, un bouton d'ascenseur, ...).

### QUELS SONT LES SYMPTÔMES ?

Les symptômes sont identiques à ceux de la grippe saisonnière : **fièvre supérieure à 38°**, ou **courbatures**, ou **grande fatigue** notamment, et **toux** ou **difficultés respiratoires**.

Si vous ressentez ces symptômes, appelez votre médecin traitant ou le 15.

### COMMENT S'EN PROTÉGER ?

- **Lavez-vous régulièrement les mains** au savon ou avec une solution hydroalcoolique ;
- **limitez les contacts non nécessaires** avec les personnes malades ;
- **couvrez-vous la bouche et le nez** avec un mouchoir en papier lorsque vous toussiez ou éternuez.  
Et jetez votre mouchoir dans une poubelle.

### QUAND ET PAR QUI SONT PRESCRITS LES ANTIVIRAUX ?

Des médicaments antiviraux (l'Oseltamivir (Tamiflu) et le Zanamivir (Relenza)) sont actuellement efficaces sur ce virus. Ils doivent être pris après consultation et diagnostic réalisés par un médecin, sur prescription médicale.

### EXISTE-T-IL UN VACCIN POUR SE PROTÉGER DE CETTE GRIPPE ?

Pour l'instant, il n'existe pas de vaccin contre ce nouveau virus. La mise à disposition de la souche de virus grippal nécessaire pour la fabrication du vaccin se fera sous la responsabilité de l'Organisation Mondiale de la Santé. Un délai prévu de plusieurs mois sera nécessaire pour qu'un vaccin soit disponible.

### POUR TOUTE INFORMATION

**0 825 302 302**

(0,15 euro/min depuis un poste fixe)

**[www.pandemie-grippale.gouv.fr](http://www.pandemie-grippale.gouv.fr)**

**inpes**  
Institut national  
de prévention et  
d'éducation pour  
la santé

