

LA GRIPPE SAISONNIÈRE

TRANSMISSION ET SYMPTÔMES

- La grippe est une pathologie des voies respiratoires supérieures (nez, gorge, bronches) due à un groupe de virus influenza de type A et B.
- Elle se transmet essentiellement par **voie respiratoire par contact direct** entre deux personnes (toux, éternuement...), plus rarement par **voie indirecte** (selon la température ambiante, le taux d'humidité...). C'est une maladie **extrêmement contagieuse et d'incubation courte** : le malade est contagieux à partir du jour précédent les premiers symptômes et jusqu'à 6 jours après le déclenchement de la maladie.
- La grippe se manifeste brutalement par une sensation de malaise général, de forts frissons, une fièvre souvent élevée d'emblée avec des maux de tête, des douleurs musculaires (courbatures), un écoulement nasal et une toux sèche.
- La température décroît en 2 à 4 jours mais les autres symptômes peuvent persister pendant plusieurs semaines (fatigue et toux).

UNE MALADIE GRAVE

Chaque année, la grippe touche **2 à 6 millions de français** et est responsable de **10 à 15 000 décès**.

Bien que souvent perçue comme une affection bénigne, la grippe est en réalité une **maladie potentiellement grave**.

Pendant l'épidémie de 2016-2017, il a été constaté un excès d'environ 21 000 décès liés à la grippe et à d'autres facteurs hivernaux.

Ce chiffre est supérieur aux années précédentes



PRÉVENTION

La prévention de la grippe repose en partie sur des **mesures d'hygiène simple** comme se couvrir la bouche lors d'une toux, le lavage des mains, des poignées de porte mais aussi éventuellement le port d'un masque en cas de personne malade dans son entourage et **surtout sur la vaccination**.

Le vaccin n'empêche pas la survenue de la grippe dans 100% des cas mais il prévient efficacement les formes graves, et permet de diminuer la mortalité. (cf fiche "que faut-il en penser" Vaccination contre la grippe).

C'est pourquoi il est recommandé chez les personnes âgées de 65 ans et plus, chez les femmes enceintes, les personnes souffrant de certaines pathologies, les personnes obèses, l'entourage familial des nourrissons de moins de 6 mois présentant un risque de grippe grave, les personnes séjournant dans un établissement de soins de suite ou médico-social et chez certains professionnels dont les professionnels de santé.

Chez les sujets pour qui la vaccination est recommandée, le vaccin est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie.

UN IMPACT FINANCIER IMPORTANT

Cette épidémie particulièrement intense de l'hiver 2016-2017 a coûté 300 millions d'euros à la France. Le coût est lié aux frais médicaux (consultations chez le médecin, médicaments et éventuellement hospitalisation) mais aussi aux coûts dits indirects comme les arrêts de travail (4,8 jours d'arrêt de travail en moyenne pour 70% des adultes grippés ayant un emploi et 3 jours d'arrêt "enfant malade" dans un quart des cas de grippe chez des enfants) ou les frais engendrés par les complications notamment chez le sujet âgé.

LA PLACE DE L'HOMÉOPATHIE ?

L'homéopathie est une forme de médecine non conventionnelle qui fait appel à 3 principes : la similitude, l'individualisation des cas et l'infinitésimal.

Certaines souches homéopathiques comme *Influenzinum* sont présentées comme pouvant prévenir et guérir la grippe. A ce jour, leur efficacité n'a pas été démontrée.

L'homéopathie ne peut pas se substituer à la vaccination. En effet, seule la vaccination va induire la production d'anticorps protecteurs chez le patient lui permettant de lutter contre le virus lors d'une infection.

L'homéopathie n'est pas contre-indiquée mais ne suffit pas à elle toute seule à garantir une protection suffisante contre la grippe en particulier chez les sujets fragiles.

SOURCES :

www.santepubliquefrance.fr (bilan)
CMIT : La grippe saisonnière BEH grippe