

# LES QUESTIONS QUE VOUS VOUS POSEZ SUR LA GRIPPE

## Quels sont les symptômes de la grippe A/H1N1 ?

Les symptômes sont les suivants et débutent brutalement : fièvre supérieure à 38°C ou courbatures ou grande fatigue **et** signes respiratoires comme la toux.

En cas de symptômes grippaux, appelez votre médecin traitant qui vous indiquera la marche à suivre.

Contactez le 15 uniquement en cas d'urgence.

## 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, une rampe, un clavier, un livre...).

Une personne malade est contagieuse dès les premiers symptômes et pendant environ 7 jours. Elle doit donc s'isoler et porter un masque anti-projections quand elle est en présence d'une autre personne pendant toute cette période pour éviter de contaminer son entourage.

## Quelle est la période d'incubation de la nouvelle grippe A/H1N1 ?

La période d'incubation peut aller jusqu'à 7 jours

## Quelle est la différence entre la grippe saisonnière et la nouvelle grippe A(H1N1) 2009 ?

Dans l'épidémie actuelle, il s'agit d'un « nouveau » virus qui se transmet d'homme à homme mais appartient à la famille A(H1N1)2009. Il résulte de phénomènes de recombinaisons à partir de virus de porc, humain et aviaire.

Ce virus est cependant différent du virus de la grippe saisonnière, virus d'origine humaine qui circule habituellement durant la saison hivernale.

## **Comment se prémunir contre le virus de la nouvelle grippe A(H1N1) ?**

Un vaccin sera disponible à partir de l'automne 2009.

Dans l'attente, des mesures d'hygiène (dits « gestes barrière ») sont recommandées afin de limiter les risques de contamination :

- éviter tout contact physique avec une personne malade ;
- se laver régulièrement les mains au savon ou se les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique (disponible en pharmacies et grandes surfaces) et notamment après avoir toussé ou s'être mouché ;
- se couvrir la bouche et le nez quand on tousse ou éternue : avec un mouchoir à usage unique (à jeter dans une poubelle fermée, si possible par un couvercle et équipée d'un sac plastique), avec le bras ou la manche ou avec les mains (s'il est possible de se les laver immédiatement après).
- aérer les pièces

## **Toute la population pourra-t-elle bénéficier du vaccin contre le virus A(H1N1) ?**

Le gouvernement a pour objectif de proposer la vaccination à l'ensemble de la population. Toutefois, dans la mesure où l'approvisionnement sera progressif, il sera nécessaire de déterminer un ordre de vaccination de la population.

Quel est le processus de décision mis en œuvre pour établir les priorités de vaccination ?

Le HCSP (Haut Conseil de Santé Publique) va rendre un avis. Il s'agit d'une instance d'expertise pluridisciplinaire rattachée au ministère de la Santé. Au sein de cette instance, le comité technique des vaccinations (CTV), est dédié aux décisions en lien avec les problématiques de vaccination nécessitant l'avis d'experts.

Sur la base de cet avis, le ministère chargé de la Santé fera une proposition au gouvernement. Les professionnels de santé soignant les malades, les personnels de secours, indispensables aux soins et qui sont fortement exposés au risque de la maladie et les personnes particulièrement vulnérables devraient faire partie des premiers vaccinés.

Comment s'effectuera la vaccination ?

Les autorités sanitaires élaborent actuellement l'organisation qui sera mise en œuvre dès réception du vaccin pour permettre une vaccination de la population dans les meilleures conditions. Une campagne d'information sera largement diffusée afin de permettre à chacun de connaître ces modalités d'organisation et de bénéficier de cette vaccination.

## **Comment s'organisera l'UFC en cas de pandémie avérée ?**

Un plan d'organisation et de continuité des activités est en cours de discussion. Il sera présenté aux différentes instances fin septembre. Il est en ligne sur l'intranet dans l'onglet pandémie grippale.

La fermeture d'un ou plusieurs sites sera éventuellement décidée par la Préfecture. Les fonctions indispensables à la continuité du service sont répertoriées dans le plan et seront alors assurées.

Il convient de rappeler que fermer un établissement ne signifie pas que les personnels qui y sont affectés sont tenus d'en rester éloignés. Sauf indication contraire de l'autorité hiérarchique, tous les fonctionnaires sont tenus d'être présents sur leur lieu de travail.

## Quel masque porter ?

Il existe essentiellement deux types de masques contre la contamination grippale

Le masque anti-projections (de type chirurgical)

Toute personne grippée doit porter un masque anti-projections. Le masque est destiné à éviter au malade de contaminer son entourage et son environnement par ses éternuements, sa toux et ses postillons.

Toute personne grippée doit éviter les contacts rapprochés avec d'autres personnes et rester isolée. Si cela n'est pas possible, la personne grippée doit porter un masque anti-projections dans les lieux publics (magasins, transports en commun...) ou au travail, en présence d'autres personnes.

Compte tenu de la situation actuelle, il n'est pas recommandé aux personnes non malades de se procurer un masque anti-projections.

Le masque de protection FFP2

Le masque de protection respiratoire (masque FFP2) est réservé aux professionnels dont le rôle en situation de pandémie serait capital et qui seraient amenés à être en contact régulier et rapproché avec des malades (professionnels de santé, services de secours, pharmaciens, guichetiers...). Il s'agit de cas particuliers et l'achat et la distribution des masques relèvent de la responsabilité de l'employeur.

C'est un appareil de protection respiratoire jetable qui protège celui qui le porte contre l'inhalation d'agents infectieux transmissibles par voie aérienne. Il doit être changé dès qu'il est mouillé ou tous les 4 heures.

## Faut-il se procurer un masque ?

Les masques anti-projections du stock constitué par l'Etat sont réservés aux personnes malades et leur sont délivrés gratuitement en pharmacie sur prescription médicale. Les masques anti-projections doivent être portés dès les premiers symptômes pour protéger l'entourage de la personne malade.

## L'UFC dispose-t-elle d'un stock de masque?

Oui, elle dispose d'un stock de masques FFP2. Ils seront distribués en temps voulu aux personnes réquisitionnées en cas de fermeture.

## Comment bien porter son masque ?

Les points importants concernant le port de masque jetable respiratoire FFP2 :

- - Placer le masque sur le visage, la barrette sur le nez, de façon à ce que celui-ci recouvre totalement la bouche et le nez
- - Passer les élastiques derrière la tête
- - Bien ajuster la barrette nasale sur le nez
- - Pour vérifier que le masque est bien en place, effectuez l'essai suivant :
- - Couvrez la surface du masque avec une feuille de plastique ou de papier de façon à ne pas laisser passer d'air au travers du masque
- - Lorsque vous inspirez, si le masque se plaque sur le visage, celui-ci est bien ajusté. Au contraire si le masque s'écarte, c'est qu'il n'est pas étanche et il faut donc le réajuster.

- - Après utilisation du masque, le jeter dans une poubelle close par un couvercle et contenant un sac en plastique, puis lavez vous les mains.  
Ajuster correctement un masque respiratoire FFP2 est très important afin d'éviter toute infection par le virus de la grippe A H1N1.

## **L'UFC dispose-t-elle d'un stock de solution hydroalcoolique?**

Non. Chaque Composante peut en acheter, les références ayant été fournies aux responsables administratifs. Ces solutions ne sont nécessaires qu'en absence de point d'eau ou en cas de difficultés à se laver les mains sous l'eau de nombreuses fois par jour. Le lavage à l'eau et au savon est tout aussi efficace qu'avec une solution hydroalcoolique.

## **Que dois-je faire si je suis malade?**

Si vous avez les symptômes de la grippe (forte fièvre, courbatures, grande fatigue ET toux ou difficultés respiratoires), rentrez chez vous, consultez votre médecin. Si c'est bien la grippe avertissez au plus vite l'UFC sur l'adresse [grippepersonnels@univ-fcomte.fr](mailto:grippepersonnels@univ-fcomte.fr) ou par téléphone au 03 81 66 50 73.

## **Comment désinfecter les claviers?**

Il n'y a pas de solution. Fermer les salles en libre accès. Aérer. Au bout de 24 à 48 h le virus n'est plus actif.

Document réalisé par Sonia Racois,  
Ingénieur Hygiène Sécurité UFC