

La grippe, comment l'éviter ?

Marine LARRIERE, étudiante en soins infirmiers – IFSI Laxou – Promotion 2014/2017

Février 2015

Sommaire

Connaître la grippe

- ▶ Qu'est-ce que la grippe ?
- ▶ Epidémie saisonnière de 2015
- ▶ Les virus de la grippe
- ▶ Les différents modes de transmission

Prévenir la grippe

- ▶ Les précautions mettre en place
- ▶ Le port du masque chirurgical
- ▶ La vaccination antigrippale

Dépister la grippe

- ▶ Les tests rapides d'orientation diagnostique

Traiter la grippe

- ▶ Soulagement des symptômes
- ▶ Traitement antiviral

Bibliographie



Qu'est-ce que la grippe ?

- ▶ Une infection respiratoire virale aiguë

Transmission rapide d'une personne à une autre



Epidémies saisonnières annuelles

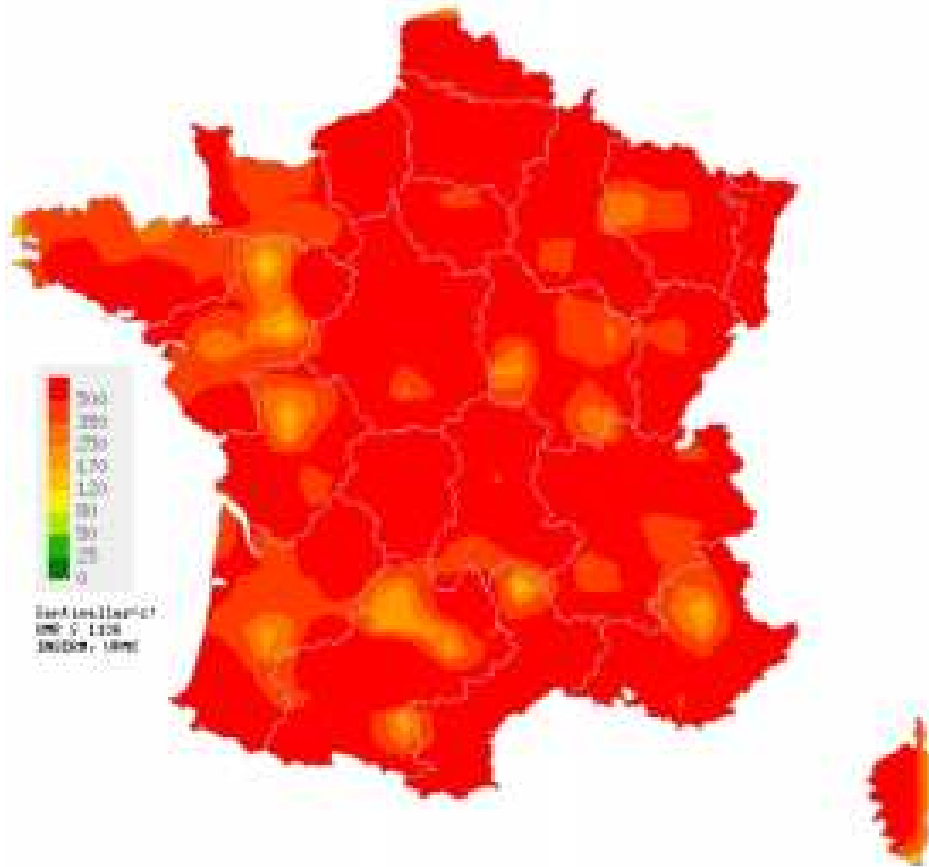
- Répercussions économiques
- Grandes sollicitations des services de santé
- Maladies graves
- Décès



- ➔ **Problème majeur de Santé Publique**
- ➔ Nécessité de mesures de prévention et de conduite à tenir



Epidémie saisonnière de 2015



En 5 semaines d'épidémie,
2 044 000 personnes auraient
consulté un médecin généraliste
pour syndrome grippal


Pour la semaine n°2015s08
Carte d'interpolation spatiale des données
basée sur les taux d'incidence départementaux
Cartes consultables sur <http://www.sentiweb.fr>



Les virus de la grippe

Virus influenzae

- ▶ Différents types rencontrés : A, B et C
- ▶ Le type A circule chez de nombreuses espèces animales et le type B circule essentiellement chez l'homme
- ▶ Ces 2 types de virus sont à l'origine des épidémies saisonnières car la variabilité de leur génome les fait évoluer très rapidement
- ▶ La période d'incubation varie de 1 à 3 jours

 Les sujets atteints sont contagieux un jour avant l'apparition des premiers symptômes et le restent pendant 7 jours



Les différents modes de transmission

▶ La transmission directe

De personne à personne :

- Par les sécrétions respiratoires, projection de gouttelettes infectées dans l'air (éternuements, toux)
- Les mains

▶ La transmission indirecte

- Par contact d'objets, de surfaces contaminés

⚠ Survie du virus jusqu'à 2 jours dans l'environnement



➡ Les lieux très fréquentés, dont les établissements de santé, sont propices à la transmission



Les précautions à mettre en place

Toujours bien appliquer les
Précautions Standard



Dès lors qu'il y a **suspicion ou diagnostic** de grippe, il faut mettre en place les Précautions Complémentaires Gouttelettes quel que soit le statut vaccinal du patient et du soignant

Ces précautions complémentaires pourront être levées au 8ème jour s'il s'agit d'un cas avéré



Les précautions à mettre en place

Du côté des soignants :

- Installer le patient en chambre seule ou regrouper les patients atteints
- Port d'un masque chirurgical type 2R dès l'entrée en chambre et retrait du masque après la sortie de la chambre.
- Tablier à usage unique ou surblouse en cas de contact direct avec le patient ou son environnement, à éliminer dans la chambre
- Hygiène des mains à renforcer. Friction hydro-alcoolique après chaque soin, à la sortie de chambre.



Du côté des patients :

- Pas d'activité commune
- Repas en chambre
- Si sortie de la chambre : port du masque chirurgical 2R et friction hydro-alcoolique



Les précautions à mettre en place

Du côté des visiteurs:

- Limiter les visites
- Port du masque chirurgical type 2R à l'entrée en chambre et retrait après la sortie de la chambre
- Ne pas s'asseoir sur le lit
- Ne pas entrer d'effets personnels dans la chambre
- Éviter la présence d'enfant
- Hygiène des mains par friction hydro-alcoolique à la sortie de la chambre

Entretien de la chambre :

- Bionettoyage quotidien minutieux avec détergent-désinfectant
- Aération +++



Le port du masque chirurgical

Bien porter son masque, c'est essentiel !

Le port du masque est inefficace s'il est mal positionné sur le visage

Il est indiqué afin de protéger son entourage et aussi celui qui le porte contre les agents transmissibles par voie « gouttelettes »

➡ Barrière physique

- ✓ *La barrette nasale doit toujours être à l'extérieur du masque et plaquée sur le nez*
- ✓ *Le masque doit couvrir le nez et la bouche*



GERES – Prévention de la transmission gouttelette et aérienne : aspects techniques, masque chirurgicaux et masques de protection respiratoire – 26 mars 2010 (lien : <http://www.geres.org/docpdf/Masques2diapos.pdf>)



La vaccination antigrippale

- ✓ Meilleur moyen de protection
- ✓ A réaliser au moins 2 semaines avant le début de la saison grippale, à l'approche de l'hiver
- ✓ A renouveler tous les ans ⚠



Le vaccin

- En raison de modifications constantes du virus, chaque année, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) émet une recommandation sur les souches virales qui doivent être incluses dans le vaccin
- Ce dernier est élaboré avec les souches qui ont circulé majoritairement dans l'autre hémisphère pendant la saison hivernale



La vaccination antigrippale

La **Vaccination est recommandée pour** :

- ▶ Les **professionnels de santé** en contact régulier et prolongé avec des personnes à risque
- ▶ Les **personnes âgées de 65 ans et plus**
- ▶ Les **personnes obèses** avec un Indice de Masse Corporelle ≥ 40 kg/m²
- ▶ Les **personnes séjournant dans un établissement** de soins de suite ou médico-social d'hébergement quelque soit leur âge
- ▶ Les **femmes enceintes** quel que soit le trimestre de grossesse
- ▶ L'**entourage des nourrissons de moins de 6 mois présentant des facteurs de risque de grippe grave**
- ▶ Les **personnes**, y compris les enfants à partir de l'âge de 6 mois, **atteintes des pathologies définies dans le calendrier des vaccinations et recommandations vaccinales 2014 du Ministère de la Santé**, page 10.

Lien à l'adresse suivante : http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Calendrier_vaccinal_ministere_sante_2014.pdf



Dépister la grippe

Les tests rapides d'orientation diagnostique de la grippe (TROD)

- ▶ Préconisés lors des périodes de circulation virale intense dans les **collectivités**
- ▶ Permettent un **diagnostic rapide** et un **résultat presque immédiat** (moins de 30 minutes)

Selon les types de TROD, ces tests ont la capacité de :

- ▶ **détecter et différencier les virus A et B**
- ▶ ou détecter, mais ne pas différencier les virus A ou B
- ▶ ou encore détecter uniquement les virus A



Effectuer les tests :

- chez plusieurs patients malades, afin de se donner des chances d'obtenir des tests positifs permettant la confirmation du diagnostic de grippe (au moins 3 TROD)
- dans les 48 heures suivant l'apparition des symptômes afin d'obtenir des échantillons le plus fortement possible contaminés par le virus



Traiter la grippe

Le traitement de la grippe consiste à **soulager les symptômes** et associe :

- ✓ le **repos**
- ✓ la **réhydratation**
- ✓ les **antipyrétiques et antalgiques**



- ▶ Il existe des **traitements antiviraux** qui peuvent être proposés aux personnes les plus fragiles
- ▶ Ils peuvent réduire la durée des symptômes d'un à deux jours.

Exemple du TAMIFLU[®] (Oseltamivir), antiviral inhibiteur de la neuraminidase, qui peut être utilisé en prophylaxie post-exposition afin de prévenir l'infection et en traitement curatif de la grippe s'il est administré dans les 48 heures suivant le début des symptômes.



Bibliographie

- ▶ **Ameli-santé** – Dossier grippe saisonnière – 2014
- ▶ **ARLIN Lorraine** – Fiche prévention de la transmission croisée, version 3 – Mai 2013
- ▶ **ARS Nord-Pas-de-Calais** – les tests de diagnostic rapide de la grippe – Octobre 2012
- ▶ **GREPHH** – Audit précautions standard – 2011
- ▶ **HAS** – synthèse d’avis de la commission de la transparence – TAMIFLU® (Oseltamivir) - Novembre 2011
- ▶ **Institut Pasteur** – Fiche info grippe – Septembre 2014
- ▶ **Ministère de la santé** – Dossier grippe saisonnière – 20 février 2015
- ▶ **Ministère de la santé** – Repères pour la pratique des tests rapides d’orientation diagnostique de la grippe – Octobre 2014
- ▶ **OMS** – Grippe (saisonnière) – Aide-mémoire n°211 – Mars 2014
- ▶ **SF2H** – Recommandations nationales, prévention de la transmission croisée par voie respiratoire : air ou gouttelettes – Mars 2013

