

# Questions courantes sur la grippe pandémique H1N1

1. À propos du virus
2. Prévention et traitement
3. Vaccin contre la grippe pandémique H1N1
4. Comment vous protéger, vous et votre entourage
5. Les cas de grippe pandémique H1N1 en Alberta, au Canada et dans le monde

## À propos du virus

1. [Qu'est-ce que le virus de la grippe pandémique H1N1?](#)
2. [Pourquoi le virus de la grippe pandémique H1N1 est-il parfois appelé grippe porcine?](#)
3. [En quoi les symptômes de la grippe pandémique H1N1 sont-ils différents de ceux d'une grippe saisonnière?](#)
4. [Comment le virus de la grippe pandémique H1N1 se propage-t-il?](#)
5. [Comment la grippe pandémique H1N1 est-elle diagnostiquée?](#)
6. [Quelle est la période d'incubation pour la grippe pandémique H1N1?](#)
7. [Combien de temps une personne qui a contracté la grippe pandémique H1N1 demeure-t-elle contagieuse?](#)
8. [Quels sont les symptômes de la grippe pandémique H1N1?](#)
9. [Comment le virus de la grippe s'est-il transmis du porc à l'homme?](#)
10. [Existe-t-il un risque d'attraper la grippe pandémique H1N1 en mangeant du porc?](#)
11. [Quelles sont les mesures actuellement mises en place pour déterminer si le virus de la grippe pandémique H1N1 est en train de muter?](#)

## Prévention et traitement

12. [Quelles mesures la population de l'Alberta peut-elle prendre pour se protéger de la grippe pandémique H1N1?](#)
13. [Le port du masque en public est-il nécessaire pour réduire les risques de contagion par le virus de la grippe pandémique H1N1?](#)
14. [Faut-il éviter de se trouver à proximité de porcs?](#)
15. [Puis-je obtenir des médicaments antiviraux en cas de symptômes grippaux?](#)

## Vaccin contre la grippe pandémique H1N1

16. [Existe-t-il un vaccin contre le virus de la grippe pandémique H1N1?](#)

## Comment vous protéger, vous et votre entourage

17. [Que dois-je faire si je crois souffrir des symptômes de la grippe pandémique H1N1?](#)
18. [Que dois-je faire si j'ai été en contact avec une personne atteinte de la grippe pandémique H1N1?](#)

## Les cas de grippe pandémique H1N1 en Alberta, au Canada et dans le monde

19. [Quelles sont les mesures actuellement mises en place pour limiter la propagation du virus en Alberta?](#)
20. [L'Alberta a-t-elle déjà mis en place un plan de lutte contre la pandémie?](#)
21. [Que fait le gouvernement du Canada pour protéger la population et limiter la propagation du virus de la grippe pandémique H1N1?](#)
22. [Comment l'Organisation mondiale de la Santé \(OMS\) détermine-t-elle le niveau d'alerte pandémique?](#)
23. [Qu'implique concrètement pour les habitants de l'Alberta le fait que l'OMS ait fait passer le niveau d'alerte pandémique en phase 6?](#)

---

## À propos du virus

### 1. Qu'est-ce que le virus de la grippe pandémique H1N1?

- Il s'agit d'une nouvelle souche du virus de la grippe A qui a été découverte en 2009 et classée parmi les virus pandémiques par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS).
- Cette souche est une combinaison de virus grippaux porcins, aviaires et humains qui n'avait jamais été découverte jusqu'à maintenant chez l'homme ou le porc.
- Dans la plupart des cas, notre système immunitaire ne suffit pas à nous protéger de ce nouveau virus.
- Le virus a été détecté chez l'humain dans de nombreux pays du monde et il se transmet entre individus au sein des collectivités.

Cliquez sur ce <lien> pour en savoir davantage sur les différences entre la grippe pandémique H1N1 et la grippe saisonnière.

### 2. Pourquoi le virus de la grippe pandémique H1N1 est-il parfois appelé grippe porcine?

- Ce nouveau virus a, dans un premier temps, été baptisé « grippe porcine » à la suite d'épreuves de laboratoire qui ont démontré qu'il avait des gènes en commun avec les virus grippaux qui touchent habituellement les porcs.

### 3. En quoi les symptômes de la grippe pandémique H1N1 sont-ils différents de ceux d'une grippe saisonnière?

- Les symptômes sont comparables à ceux d'une grippe saisonnière, ne causant qu'une maladie relativement peu grave. Il arrive cependant que la gravité des symptômes nécessite une hospitalisation et, dans certains cas, entraîne la mort.

### 4. Comment le virus de la grippe pandémique H1N1 se propage-t-il?

- Le virus se propage de la même façon que dans le cas de la grippe saisonnière : lorsqu'une personne éternue, elle expulse dans l'air des germes sous forme de gouttelettes qui peuvent être inhalés par d'autres personnes.
- Le virus peut également être transmis :
  - en serrant la main d'une personne ayant contracté le virus;
  - en touchant des surfaces dures (plan de travail, poignée de porte) qui ont été contaminées.
- La personne est ensuite infectée lorsqu'elle touche ses yeux, son nez ou sa bouche.
- On considère que le virus reste actif jusqu'à 8 heures sur les surfaces dures, mais qu'il disparaît après quelques minutes sur les surfaces non rigides.

**5. Comment la grippe pandémique H1N1 est-elle diagnostiquée?**

- Les personnes présentant des symptômes bénins n'ont généralement pas besoin de subir de test.
- Si votre fournisseur de soins de santé est d'avis que vos symptômes doivent faire l'objet d'un examen approfondi, un prélèvement du mucus nasal peut être effectué à l'aide d'un écouvillon. D'autres tests, incluant notamment des analyses de sang, peuvent également être nécessaires.

**6. Quelle est la période d'incubation de la grippe pandémique H1N1?**

- La période d'incubation se situe entre le moment de l'infection et l'apparition des symptômes.
- Il semble que la période d'incubation de la grippe pandémique H1N1 soit plus longue de possiblement quatre jours que celle de la grippe saisonnière.

**7. Combien de temps une personne qui a contracté la grippe pandémique H1N1 demeure-t-elle contagieuse?**

- Une personne est généralement contagieuse un jour avant l'apparition des symptômes et possiblement pendant les sept jours suivants.
- Les enfants, en particulier les plus jeunes, les personnes présentant une déficience immunitaire et celles atteintes d'une maladie grave peuvent demeurer contagieux plus longtemps (jusqu'à 10 jours).
- Si vous pensez avoir attrapé la grippe, restez chez vous et évitez de vous rendre au travail ou à l'école pendant les sept jours suivants l'apparition des symptômes, jusqu'à ce que vous soyez en mesure de reprendre vos activités habituelles.
- Évitez, dans la mesure du possible, tout contact avec les autres personnes de manière à ne pas les contaminer et à limiter la propagation du virus.

**8. Quels sont les symptômes de la grippe pandémique H1N1?**

Les symptômes de la grippe pandémique H1N1 au Canada sont généralement modérés, mais ils peuvent cependant être plus graves chez certaines personnes. Les symptômes sont similaires à ceux d'une grippe saisonnière :

- apparition subite de fièvre et de toux;
- fatigue;
- douleurs musculaires;
- perte d'appétit;
- certaines personnes peuvent également présenter d'autres symptômes (écoulement nasal, maux de gorge, nausées, vomissements ou diarrhée).

**9. Comment le virus de la grippe s'est-il transmis du porc à l'homme?**

- Plusieurs souches de grippe se propagent continuellement dans notre environnement, notamment celles qui attaquent les hommes, les oiseaux et les porcs.
- La grippe porcine ne se transmet habituellement pas à l'homme. Il arrive cependant qu'à la suite d'un contact direct, des souches de grippe passent de l'animal à l'homme et réciproquement, comme dans les élevages porcins ou les foires au bétail.
- Lorsqu'un virus de la grippe porcine atteint un être humain, il existe un risque que le virus évolue et se transmette directement d'un individu à un autre. C'est ce qui s'est passé pour le nouveau virus de la grippe pandémique H1N1.

#### **10. Existe-t-il un risque d'attraper la grippe pandémique H1N1 en mangeant du porc?**

- Non, il n'existe pas de risque de contagion par le virus de la grippe pandémique H1N1 si la viande de porc et les produits qui en sont dérivés sont manipulés et cuits correctement. La viande de porc ne présente pas de risque alimentaire.

#### **11. Quelles sont les mesures actuellement mises en place pour déterminer si le virus de la grippe pandémique H1N1 est en train de muter?**

- Le laboratoire provincial pour la santé publique de l'Alberta fournit au laboratoire national de microbiologie des prélèvements pour qu'il procède à des essais sur des échantillons de virus prélevés sur des humains et des animaux.
- Les résultats des essais sont compilés dans une base de données internationale utilisée par les experts pour surveiller les mutations du virus.

### **Prévention et traitement**

#### **12. Quelles mesures la population de l'Alberta peut-elle prendre pour se protéger de la grippe pandémique H1N1?**

Il suffit de prendre quelques précautions élémentaires pour réduire les risques de contagion.

- Contribuez à réduire la propagation de la grippe pandémique H1N1 en vous procurant le vaccin qui devrait être disponible au mois de novembre 2009.
- Lavez-vous fréquemment les mains en utilisant du savon et de l'eau ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool, surtout après avoir toussé, éternué, ou après vous être mouché. Lorsqu'elle est bien appliquée, cette mesure est la plus efficace pour réellement réduire la propagation de virus.
- Éternuez dans le creux de votre bras plutôt que dans votre main.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche après avoir serré la main de quelqu'un ou avoir touché des surfaces dures (plan de travail, poignée de porte), ou d'autres surfaces sur lesquelles des virus pourraient se trouver. Veillez à ce que les surfaces partagées soient propres et désinfectées.
- Ne vous rendez pas au travail ni à l'école durant les sept jours suivant l'apparition des symptômes et restez chez vous jusqu'à ce que vous vous sentez suffisamment mieux pour reprendre vos activités habituelles.
- Tenez-vous à au moins deux mètres (six pieds) des personnes présentant des symptômes ressemblant à ceux de la grippe. Connue sous le nom d'« éloignement social », cette mesure recommande d'éviter les foules en cas d'épidémie de grippe.
- Il est possible de prendre d'autres précautions, telles que :
  - manger sainement;
  - rester actif;
  - se reposer et dormir suffisamment.

#### **13. Le port du masque en public en Alberta est-il nécessaire pour réduire les risques de contagion par le virus de la grippe pandémique H1N1?**

Non. Des études ont montré que le fait de porter un masque en public ne constituait pas une mesure de prévention efficace contre la grippe.

#### **14. Faut-il éviter de se trouver à proximité de porcs?**

- Le virus de la grippe pandémique H1N1 se transmet entre individus. Se trouver à proximité de porcs sains ne comporte donc aucun risque.
- Les personnes présentant les symptômes de la grippe doivent cependant s'en tenir éloignées pour limiter le risque de mettre en circulation un nouveau virus au sein de la population porcine d'élevage.
- En ce qui concerne les personnes amenées à avoir un contact direct avec des porcs, les précautions à prendre pour éviter l'infection sont les mêmes que pour une grippe saisonnière : se laver fréquemment les mains, se faire vacciner chaque année contre la grippe, se mettre la main devant la bouche lorsqu'on tousse ou qu'on éternue et rester chez soi lorsqu'on est malade.

#### **15. Peut-on recevoir des médicaments antiviraux en cas de symptômes grippaux?**

- Il n'est généralement pas recommandé de prendre des antiviraux en cas de grippe modérée.
- Seuls les cas les plus graves sont traités à l'aide d'antiviraux.

### **Vaccin contre la grippe pandémique H1N1**

#### **16. Existe-t-il un vaccin contre le virus de la grippe pandémique H1N1?**

- Tout est actuellement mis en œuvre pour développer, mettre à l'essai et produire un vaccin contre la grippe pandémique H1N1, qui devrait être disponible d'ici le mois de novembre 2009.
- Bien que le vaccin contre la grippe administré cette année au Canada ne protège pas efficacement contre cette nouvelle souche, il demeure un important moyen de lutter contre les infections causées par la grippe saisonnière.
- L'immunisation est essentielle pour prévenir la grippe.

### **Comment vous protéger, vous et votre entourage**

#### **17. Que dois-je faire si je crois souffrir des symptômes de la grippe pandémique H1N1?**

Voir la réponse sur la page d'accueil consacrée à la grippe pandémique H1N1 <attacher lien vers la page d'accueil H1N1>.

#### **18. Que faire lorsqu'on a été en contact avec une personne atteinte de la grippe pandémique H1N1?**

- Si vous vous sentez bien, vous n'avez pas besoin de prendre de précautions particulières. Soyez attentifs à l'éventuelle apparition de symptômes de grippe dans les quatre jours suivants.
  - La période d'incubation se situe entre le moment de l'infection et l'apparition des symptômes.
- En cas d'infection respiratoire, de fièvre soudaine et de toux, voir la réponse se trouvant sur la page d'accueil <lien>.

## Les cas de grippe pandémique H1N1 en Alberta, au Canada et dans le monde

### 19. Quelles sont les mesures actuellement mises en place pour limiter la propagation du virus en Alberta?

- La vigilance est de mise; les fournisseurs de soins de santé en Alberta sont sur le qui-vive et surveillent l'apparition de symptômes similaires à ceux de la grippe.
- Le système de soins de santé en Alberta est en alerte et adapte sa réaction à la pandémie à mesure que la situation évolue.
- Le personnel de soins de santé a reçu des conseils précis concernant la prise en charge des cas de grippe potentiels ou confirmés.
- La sensibilisation de la population albertaine a été renforcée de manière à ce que tous soient informés sur la meilleure façon de se protéger eux-même, ainsi que leur famille.

### 20. L'Alberta a-t-elle déjà mis en place un plan de lutte contre la pandémie?

Oui, l'Alberta dispose déjà d'un plan de lutte contre la pandémie.

- Le plan de lutte de l'Alberta contre la grippe pandémique déterminera les mesures à prendre par le gouvernement provincial, les services de santé de l'Alberta (Alberta Health Services) ainsi que d'autres groupes d'intervenants clés afin d'assurer une réaction à la fois rapide et concertée.
  - [Consulter le plan de lutte de l'Alberta contre la grippe pandémique](#)
- Le plan de lutte de l'Alberta est modifié en fonction de l'évolution de la pandémie.

### 21. Que fait le gouvernement du Canada pour protéger la population et limiter la propagation du virus de la grippe pandémique H1N1?

- L'Agence de la santé publique du Canada travaille actuellement en collaboration avec des partenaires internationaux pour déterminer la façon dont le virus de la grippe pandémique H1N1 se transmet pour pouvoir réduire la propagation du virus.
- Le Plan canadien de lutte contre la pandémie d'influenza est en train d'être mis en place dans l'ensemble du secteur de la santé.
- Les provinces et les territoires travaillent en étroite collaboration pour répondre le mieux possible à l'alerte pandémique, en gérant notamment le matériel et les ressources sanitaires essentiels.
- La Réserve nationale de secours contient du matériel, de l'équipement et des médicaments (notamment des antiviraux) destinés aux hôpitaux.
- Un suivi constant du développement, de la mise à l'essai et de la production du vaccin contre le virus de la grippe pandémique est effectué auprès du fabricant.
- La Campagne de préparation des citoyens vise à informer les Canadiens de manière à ce qu'ils soient en mesure de se protéger eux, ainsi que leur famille.

### 22. Comment l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) détermine-t-elle le niveau d'alerte pandémique?

Un système d'alerte comprenant six phases est utilisé pour déterminer les mesures de préparation et d'intervention à prendre en cas d'apparition d'un nouveau virus de la grippe pouvant entraîner une épidémie mondiale.

- [Pour de plus amples renseignements sur le programme, visitez le site Internet de l'OMS.](#)

**23. Qu'implique concrètement pour les habitants de l'Alberta le fait que l'OMS fasse passer le niveau d'alerte pandémique en phase 6?**

- La phase 6 tient compte de la propagation du nouveau virus dans le monde, ainsi que de la façon dont il se transmet d'un individu à un autre.
- Elle ne tient en revanche pas compte de la gravité de la maladie. Le degré de risque pour le public reste faible.
- L'Alberta dispose d'un plan de lutte contre la pandémie dont la mise en place s'effectue en fonction du niveau d'alerte pandémique atteint.