

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

LA SAISON DE LA GRIPPE BAT SON PLEIN. QUAND CONSULTER ET COMMENT PRÉVENIR LE VIRUS ?

Kuujuuaq, le 5 février 2018 – La saison de la grippe, et autres infections respiratoires, sévit intensément cette année au Nunavik.

Se laver les mains régulièrement, tousser dans son coude, et se faire vacciner, restent les meilleurs moyens de prévenir le virus de l'influenza. De plus, si on est atteint, il est mieux de rester chez soi afin d'éviter d'infecter les autres membres de la communauté.

Les infections des voies respiratoires peuvent éventuellement entraîner de sérieuses complications et des hospitalisations, même pour les personnes en bonne santé. Les symptômes comprennent fièvre, fatigue, douleurs musculaires, toux et maux de tête. Il faut cependant garder en tête que le virus de l'influenza peut se transmettre également sans symptôme.

Quand consulter ?

- Vous présentez des symptômes comme le nez bouché/qui coule, de la toux, mais pas de fièvre (moins de 38 °C ou 100,4 °F) ? Il s'agit vraisemblablement d'un rhume. Se reposer à la maison est la meilleure chose à faire ;
- Vous présentez des symptômes comme la toux, une fatigue importante, des maux de tête, des douleurs musculaires, et de la fièvre débutée subitement (plus de 38 °C ou 100,4 °F) ? Il s'agit sans doute de la grippe. Du repos et des soins à la maison vous permettront de vous sentir mieux bientôt ;
- Vous présentez les symptômes de la grippe et faites partie des groupes présentant un risque d'avoir des complications (enfants de moins de 2 ans, personnes âgées de 65 ans et plus, femmes enceintes, personnes atteintes d'une maladie chronique) ? Consultez votre CLSC ;
- Vous présentez les symptômes de la grippe et ressentez un essoufflement, de la difficulté à respirer, ou une douleur en respirant ? N'attendez pas et consultez votre CLSC ;

Si vous êtes affectés par le virus de l'influenza, restez à la maison, n'allez pas au travail afin de ne pas contaminer vos collègues ! Cela évitera à la grippe de se propager davantage.

