

Est-ce contagieux ?

Oui, la grippe est très contagieuse. On peut se protéger d'abord en se faisant vacciner et en faisant vacciner son enfant notamment si celui-ci a une maladie chronique, un asthme ou est un ancien prématuré.

La vaccination doit être faite tous les ans car le virus change chaque année. Il faut se faire vacciner tôt dans l'automne pour être protégé lors de l'arrivée de l'épidémie. La vaccination débute en général en octobre.

On peut limiter le risque de survenue de la grippe en se nettoyant les mains régulièrement ; notamment après avoir été en contact avec un malade ou après avoir pris les transports en commun.

Si l'on est grippé, quelques gestes permettent d'éviter de transmettre la grippe à sa famille :

Mettre la main devant la bouche en cas de toux ou d'éternuement.

Se laver les mains à l'eau et au savon très régulièrement surtout après s'être mouché ou avoir toussé, avant de préparer les repas.

Se servir de mouchoirs jetables,

Eviter d'embrasser les gens ou de serrer la main des gens pour dire bonjour et d'être en contact avec des bébés.

Aérer régulièrement les pièces.

Quand consulter aux urgences ?

- En cas de fièvre avec des frissons ou avec des lèvres bleues (cyanose), des mains et des pieds bleus,
- Si votre enfant est difficilement réveillable.
- Si votre enfant semble gêné pour respirer (respire trop vite, boit moins de la moitié de ses biberons).
- En cas de maux de tête importants, de vomissements, de mal au cou.
- Si votre enfant a plus de 5 jours de fièvre.

Fiche écrite le 03/02/2014 Dr Lecarpentier, pédiatre

Références :

Institut Pasteur, fiches-info/grippe

Prise en charge de la grippe en dehors d'une situation de pandémie 2005, SPILF, Médecine et maladies infectieuses 35 (2005) S237-S244

Urgences pédiatriques médico-chirurgicales Service du Pr Carbajal

Hôpital Armand Trousseau 26 avenue du Dr Arnold Netter 75012 Paris

Fiche d'information pour les parents

La grippe



**Pour poser le diagnostic de grippe,
il est nécessaire de consulter votre médecin**

En cas d'urgence, appeler le 15 ou le 112

Urgences pédiatriques médico-chirurgicales
Hôpital Armand Trousseau
26 avenue du Dr Arnold Netter 75012 Paris

**www.urgencestrousseau.fr
pour plus d'informations**

Qu'est-ce que c'est ?

La grippe est une maladie infectieuse respiratoire due à un virus dont il existe plusieurs souches. Elle revient surtout en automne et en hiver sur un mode épidémique. La souche du virus responsable de l'épidémie saisonnière change chaque année.

Comment survient la maladie ?

La grippe est transmise par les voies aériennes (le nez et la bouche) par les gouttelettes émises lors de toux et en touchant des objets contaminés par des mains souillées.

Les malades atteints deviennent contagieux un jour avant l'apparition des premiers symptômes et le restent pendant 7 jours.

Quels sont les symptômes ?

Les symptômes apparaissent de 1 à 4 jours après la contamination. L'infection dure généralement une semaine et se caractérise par l'apparition brutale d'une forte fièvre, de douleurs musculaires (courbatures), de maux de tête, d'une grande fatigue, d'un rhume, d'une toux sèche, de mal de gorge. Il peut y avoir des vomissements ou des diarrhées chez le jeune enfant.

Quel est le traitement ?

La grippe est due à un virus et par conséquent les antibiotiques sont inefficaces.

Le traitement se résume le plus souvent à un médicament pour faire baisser la fièvre : le paracétamol.

Pour les nourrissons qui ne peuvent se moucher, il faut désobstruer le nez par un lavage au sérum physiologique 6-8 fois par jour selon l'encombrement du nez.

En cas de maladie chronique pré-existante, contacter son médecin rapidement.

En cas de complications ou de surinfections bactériennes (otite, infection pulmonaire...) un traitement antibiotique peut être ajouté. Il n'y a aucun intérêt à donner un traitement antibiotique en prévention.

Que faire à la maison ?

La grippe est due à un virus et par conséquent les antibiotiques sont inefficaces.

Le traitement se résume le plus souvent à un médicament pour faire baisser la fièvre : le paracétamol.

Pour les nourrissons qui ne peuvent se moucher, il faut désobstruer le nez par un lavage au sérum physiologique 6-8 fois par jour selon l'encombrement du nez.

En cas de maladie chronique pré-existante, contacter son médecin rapidement.

En cas de complications ou de surinfections bactériennes (otite, infection pulmonaire...) un traitement antibiotique peut être ajouté. Il n'y a aucun intérêt à donner un traitement antibiotique en prévention.

Est-ce grave ? Quelle est l'évolution ?

La grippe saisonnière est le plus souvent bénigne.

L'évolution est favorable dans la très grande majorité des cas et la guérison se fait en quelques jours. Une fatigue et une toux peuvent durer plusieurs semaines après le début des symptômes.

Cependant dans de rares cas, elle peut être grave et donner des complications comme une infection pulmonaire grave avec nécessité d'hospitalisation. Ces complications sont plus fréquentes chez les enfants porteurs de maladies chroniques (asthme, immunodépression, drépanocytose...), les anciens prématurés.

Pour faire le diagnostic de grippe , il est nécessaire de consulter un médecin.