

La grippe fidèle au rendez-vous de l'hiver

► **VIRUS INFLUENZA** Elle a récemment pris en otage tout un établissement, se plaît dans le confinement de nos appartements et est tout bonnement impossible à éradiquer: la grippe fait chaque hiver les gros titres. À l'Hôpital du Jura, c'est le docteur Niklaus Labhardt qui en parle le mieux

Chaque hiver, rebelote: ce virus nous prend en grippe. Le nez coule, la gorge gratte, les membres sont tout flagada. La grippe, ou influenza pour les scientifiques, on l'attrape, on la refille, bref elle squatte nos santés et le devant de l'actualité. Récemment c'est tout un établissement, la Résidence la Promenade à Delémont, qui en a été la proie (voir ci-dessous). L'occasion de refaire le point sur la grippe. D'où vient-elle? Qui est-elle? Comment la soigner ou s'en protéger? En quoi est-elle dangereuse? Le D^r Niklaus Labhardt, médecin en charge de l'inféctiologie, de la médecine des voyages et de l'hygiène hospitalière, dresse le portrait de ce virus que l'on croit si bien connaître.

L'identifier et l'expliquer

«Lorsque quelqu'un vous dit «je suis grippé», il n'est souvent pas malade de la grippe. Il existe une bonne centaine de virus qui causent de la toux, des maux de tête, de gorge ou le rhume», amorce Niklaus Labhardt. Quand peut-on suspecter une «vraie» grippe docteur? «Typiquement, la vraie grippe se manifeste soudainement avec des courbatures, une péjoration de l'état général et de la fièvre.» Le médecin procède alors à un frottis du nez et/ou de la gorge, qui permettra de poser, dans les deux heures, un diagnostic.

Il existe trois types de virus de la grippe: influenza A, influenza B et influenza C. Ces trois types se divisent encore en sous-types. On pense à la célèbre grippe aviaire H5N1, ou à la H1N1, responsable d'une pandémie en 2009. Et on se souvient de la première grande grippe, la grippe espagnole en 1918, qui à l'époque avait décimé la population mondiale: «Mais le virus de la grippe est probablement très ancien, puisqu'Hippocrate en décrivait déjà les symptômes typiques», appuie Niklaus Labhardt.

La grippe existe toute l'année, mais se manifeste, dans nos contrées, pendant la saison hivernale, de décembre à mars, avec un pic en janvier-février. Le spécialiste apporte des précisions: «En hiver, on se retranche dans des endroits clos, des pièces dans lesquelles le virus peut rester plusieurs heures en suspension dans l'air. De plus, les muqueuses humides sont plus vulnérables aux virus à cause du froid et à cause du dessèchement provoqué par le chauffage.»

Mieux vaut prévenir...

Tout le monde peut attraper la grippe, mais habituellement une personne en bonne santé générale surmonte une grippe sans complications, comme le confirme avec humour le D^r Labhardt: «Le dicton populaire est plutôt juste; si on va chez le docteur, la maladie dure 7 jours, et si on ne consulte pas, elle dure une semaine!» Il est important de boire suffisamment; la tisane de grand-maman est donc réellement la bienvenue. Cela reste rare, mais même des personnes jeunes et de bonne constitution peuvent subir une atteinte sévère. En revanche, insiste le spécialiste, «il est essentiel pour les personnes dont le système immunitaire est déficient, par exemple des personnes atteintes d'asthme, de bronchite chronique ou en traitement de chimiothérapie, de consulter dès les premiers symptômes. La pneumonie est une complication fréquente, et grave. On dit que le virus Influenza prépare le terrain, et qu'ensuite les bactéries s'assoient dessus.» Le Tamiflu est le remède utilisé dans tous les cas de grippe, mais pour qu'il soit efficace, il doit être pris dès les premiers symptômes.

Influenza A et C possèdent un réservoir fourni chez les animaux comme les oiseaux ou les porcs par exemple. Comme il s'étend aux animaux, il serait impossible à éradiquer,



La grippe existe toute l'année, mais se manifeste, dans nos contrées, pendant la saison hivernale, de décembre à mars, avec un pic en janvier-février. PHOTO ROGER MEIER

même si tous les humains étaient vaccinés. Le vaccin a donc ses limites. Il protège les vaccinés contre certains sous-types d'Influenza A et B, mais pas contre C. «Pour se protéger, détaille le docteur Labhardt, il faut malgré tout se faire vacciner. Il existe aussi quelques mesures simples pour éloigner le virus de la grippe. Tousser dans le coude, ou dans son vêtement, se laver fréquemment les

gens n'hésitent pas à sortir dans la rue avec un masque. En période d'épidémie, les visiteurs de l'hôpital et des EMS doivent porter un masque couvrant leur bouche et leur nez, et le garder en place même dans la chambre du patient. On voit trop souvent des visiteurs se démasquer pour embrasser leurs proches, ce qui rend la précaution prise totalement inefficace!»

gens n'hésitent pas à sortir dans la rue avec un masque. En période d'épidémie, les visiteurs de l'hôpital et des EMS doivent porter un masque couvrant leur bouche et leur nez, et le garder en place même dans la chambre du patient. On voit trop souvent des visiteurs se démasquer pour embrasser leurs proches, ce qui rend la précaution prise totalement inefficace!»

JULIE KUUNDERS

QUELQUES REPÈRES

La grippe en chiffres et en lettres

Les symptômes grippaux

Ils occupaient déjà les scientifiques grecs et romains. Toutefois ceux-ci peuvent apparaître dans de nombreuses affections et il semble que la grippe, telle que nous la définissons aujourd'hui, ait été identifiée pour la première fois en 1580.

L'épidémie

Désigne l'apparition et le développement d'une maladie infectieuse et contagieuse dans une population ou un groupe de population, de manière inhabituelle. Lorsque l'épidémie est de grande ampleur, qu'elle s'étend à presque tous les habitants d'une partie du monde (ou du monde !) on parle de pandémie. L'endémie en revanche désigne la persistance d'une certaine maladie dans une région donnée.

L'hôpital

A mis en place des campagnes de vaccination contre la grippe depuis 2004. Celles-ci ont pour but de limiter la transmission du virus aux patients et d'éviter d'éventuelles complications, mais aussi de se protéger soi-même, et finalement de prévenir les absences maladie, qui affaiblissent les équipes soignantes. En 2013, environ 22% du personnel de l'établissement jurassien, en contact avec les patients, était vacciné contre la grippe. L'année suivante, le pourcentage augmente à près de 26%, pour s'établir à environ 34% l'an dernier, soit 592 vaccinés sur 1724 professionnels en contact direct avec les patients. En cas d'épidémie, le personnel non vacciné porte systématiquement le masque.

L'Office fédéral de la Santé publique

Travaille en collaboration avec 200 cabinets médicaux dans toute la Suisse, pour mettre continuellement à jour le nombre de malades de la grippe en Suisse. Actuellement, 45 cas pour 100 000 habitants sont déclarés par semaine. Si le seuil de 64 cas de suspicion est atteint, l'OFSP estime qu'il y a épidémie de grippe.

En Suisse

La grippe saisonnière et les complications qui lui sont associées entraînent chaque hiver des coûts directs de santé estimés à 100 millions de francs.

Le vaccin

Contre la grippe existe depuis 1944.

Derrière les portes closes de la Promenade

À grosse grippe, grands moyens: vendredi 9 décembre, l'Hôpital du Jura annonce la mise en quarantaine de la Résidence la Promenade: «La décision a été prise d'un jour à l'autre. Sur 26 résidents d'un étage, 23 ont reçu un diagnostic de grippe», raconte le D^r Niklaus Labhardt, notamment en charge de l'inféctiologie et de l'hygiène hospitalière à l'Hôpital du Jura. Il a fallu être efficace, avant que le nombre de malades ne s'amplifie: «Dans l'institution, deux facteurs particuliers favorisent la propagation du virus. Tout d'abord, beaucoup d'intervenants provenant de l'extérieur sont actifs au sein de l'établissement; les animateurs, les bénévoles, les visites. Ensuite, tout ce

monde voyage entre les étages et chacun peut être un potentiel vecteur de la maladie. Le nombre de cas pouvait donc rapidement exploser.»

Les équipes mobilisées

Le personnel a d'abord immédiatement été sommé de porter le masque, les stations de désinfection ont fleuri dans l'établissement. Puis la décision a été prise de mettre la Promenade en quarantaine: «Nous avons stoppé les animations, fermé la cafétéria, interdit les visites, vacciné les soignants qui ne l'étaient pas encore et administré du Tamiflu en traitement prophylactique aux résidents pas atteints par la grippe. L'épidémie a rapidement été stoppée. Cette mesu-

re de quarantaine de tout un établissement est plutôt rare, et est malheureusement intervenue dans une période où se multiplient les activités de fin d'année.»

Bénédicte Tisserand, infirmière-chef de la résidence, raconte ces 5 jours en huis clos: «Nos équipes ont été renforcées, jour et nuit, parce qu'un résident malade est un résident qui demande davantage de soins. Un cadre de l'institution était atteignable à tout moment, afin de communiquer et informer, que ce soit le personnel ou les familles, que nous avons toutes contactées personnellement. Le travail de l'intendance a aussi été renforcé.» Concrètement, les poignées de portes ont été désinfectées avec zèle, les repas servis par

le personnel des soins et non plus le personnel de cuisine, et évidemment, les portes ont été mécaniquement fermées.

«Nous avons vécu en autarcie, avec un minimum de contacts entre les étages. Il a fallu redoubler de créativité pour occuper les résidents, tout en leur expliquant la situation et en les rassurant. Il est important de souligner la mobilisation des équipes, leur conscience professionnelle et les belles cohésion et collaboration entre tous les membres du personnel. Ces quelques jours ont été vécus avec le sourire, et nous sommes maintenant heureux du retour à la normale!» La quarantaine du Home la Promenade a été levée mercredi dernier. JK

