

Communiqué

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

GRIPPE ET GASTROENTÉRITE PENDANT LE TEMPS DES FÊTES

Laval, le 17 décembre 2013 – La période des Fêtes est propice à la transmission des virus de la grippe et de la gastroentérite. C'est pourquoi, la population lavalloise est invitée à rester vigilante pendant cette période. « La meilleure façon de vous protéger et de protéger les autres est de vous faire vacciner contre la grippe. Vous pouvez éviter de transmettre et d'attraper ces virus en adoptant des mesures d'hygiène simples, comme vous laver les mains », rappelle le Dr Éric Goyer, directeur régional de santé publique par intérim à l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval.

Mesures d'hygiène préventives

Pour limiter la transmission des virus, il faut se laver fréquemment les mains à l'eau et au savon, utiliser un rince-mains antiseptique en l'absence de lavabo, prendre soin de tousser ou d'éternuer dans le pli du coude, ne pas partager d'ustensiles ou de verres et rester à la maison lorsqu'on a contracté la grippe ou la gastroentérite.

Les principaux symptômes de la grippe sont : une fièvre soudaine, une fatigue intense, des maux de tête, de la toux, des douleurs thoraciques, des douleurs musculaires et des courbatures. Ceux-ci durent généralement de trois à sept jours.

Les principaux symptômes de la gastroentérite sont : des crampes abdominales, des nausées, des vomissements et une diarrhée parfois importante. Bien que la gastroentérite soit généralement bénigne et que ses symptômes cessent la plupart du temps après 48 à 72 heures, il faut savoir que la contagion peut durer plus longtemps.

La vaccination toujours disponible

« Il est encore temps de se faire vacciner contre la grippe. Sachez que la protection du vaccin est efficace environ deux semaines après avoir été vacciné », précise le Dr Goyer. Le vaccin est offert gratuitement aux personnes les plus à risque de développer des complications liées à la grippe :

- Les enfants âgés de 6 à 23 mois.
- Les personnes atteintes de maladies chroniques.
- Les personnes âgées de 60 ans et plus.
- L'entourage des personnes à risque de développer des complications.
- L'entourage des bébés de moins de 6 mois.
- Les femmes enceintes en bonne santé (13 semaines de grossesse et plus).
- Les travailleurs de la santé.

Toute autre personne peut se faire vacciner moyennant des frais minimes. Pour de plus amples renseignements sur la campagne de vaccination contre la grippe, communiquez avec le Centre de santé et de services sociaux de Laval.

Consulter ou rester à la maison?

L'Agence de Laval tient à rappeler à ceux et celles faisant partie d'un groupe de personnes vulnérables (enfants en bas âge, femmes enceintes, personnes ayant une maladie chronique, personnes âgées) qu'il est préférable de consulter en cas de grippe ou de gastroentérite. Pour les autres, il est préférable de simplement rester à la maison, de se reposer et de bien s'hydrater.

Pour vous aider à prendre la bonne décision quant au bon moment et à la meilleure façon de consulter, référez-vous à l'outil **Aide à la décision** disponible sur le site Web de l'Agence de Laval : www.lavalensante.com. Si vous avez des questions concernant votre état de santé, appelez Info-Santé 8-1-1. Si une consultation est nécessaire, visitez la section Répertoire des ressources du site Web de l'Agence de Laval.

Pour de plus amples renseignements sur la grippe ou la gastroentérite, consultez le Portail santé mieux-être : www.sante.gouv.qc.ca. (Sections Problèmes de santé / Gastroentérite / Grippe).

- 30 -

Source :	Service des communications
Renseignements :	Stéphanie Daigneault Conseillère en communication Direction régionale de santé publique Tél. : 450 978-2121, poste 2025 sdaigneault_reg13@ssss.gouv.qc.ca
	Francine Gosselin Conseillère en communication Agence de la santé et des services sociaux de Laval Tél. : 450 978-2121, poste 2203 fgosselin_reg13@ssss.gouv.qc.ca