

# Les bons réflexes face aux grippes aviaire et porcine.



## INFLUENZA ET GRIPPE : QUELLE DIFFÉRENCE ?

**L'influenza aviaire et l'influenza porcine sont des maladies animales,** causées par des virus influenza, qui touchent, respectivement, de très nombreuses espèces d'oiseaux et le porc. Ces maladies peuvent parfois se transmettre à d'autres mammifères.

**Certains virus influenza aviaries et la plupart des virus influenza porcins peuvent contaminer l'être humain, on parle alors de grippe aviaire ou porcine.**

### L'INFLUENZA AVIAIRE DANS LE MONDE.

Depuis octobre 2021, les volailles domestiques et les oiseaux sauvages sont touchés de façon massive par des virus influenza aviaries A(H5N1). Des mammifères sauvages et domestiques peuvent également être contaminés par ce virus, et des cas d'infections par des virus influenza aviaries ont été détectés chez l'être humain avec parfois des formes graves.



PT0138923DE

## COMMENT LE VIRUS SE TRANSMET-IL À L'ÊTRE HUMAIN ?

Les virus influenza peuvent se transmettre de l'animal à l'être humain :

- **Par voie aérienne**, dans un lieu contaminé (ex : élevage).
- **Par contact** avec des oiseaux domestiques ou sauvages, des porcs ou d'autres mammifères infectés par un virus influenza ou avec des surfaces contaminées (litière, déjections, matériels, etc.).

Si je n'étais pas correctement protégé dans une de ces situations, on dit que j'ai été exposé au virus. **Je peux alors être infecté par le virus influenza et avoir des symptômes qui peuvent s'aggraver rapidement.**

## COMMENT ÉVITER D'ATTRAPER LE VIRUS ?

**Pour éviter d'attraper le virus, au contact des oiseaux domestiques, des oiseaux sauvages, des porcs ou d'autres mammifères, je dois me protéger :**

- Je porte des vêtements de protection à usage unique.
- Je porte un masque de protection respiratoire (de préférence FFP2), des lunettes ou une visière de protection et des gants de protection étanches.
- Je me lave les mains avec du savon ou une solution hydroalcoolique après chaque contact avec ces animaux ou des surfaces contaminées, même si je portais des gants de protection.

**Si je ne suis pas protégé, alors j'évite d'être en contact avec des oiseaux domestiques, des oiseaux sauvages, des porcs ou d'autres mammifères infectés par le virus, suspectés d'être infectés ou morts, ainsi qu'avec des surfaces susceptibles d'être contaminées.**

### À SAVOIR

Si un humain ou un animal est contaminé par plusieurs virus influenza, ces virus peuvent se combiner (on parle de « réassortiment »). On a alors un nouveau virus potentiellement très contagieux pour l'être humain. C'est pourquoi la vaccination contre la grippe saisonnière est recommandée pour les professionnels exposés aux virus influenza aviaires et porcins.

## QUE FAIRE SI J'AI ÉTÉ EXPOSÉ AU VIRUS ?



Je surveille l'apparition de symptômes **pendant les 10 jours** après avoir été exposé : fatigue, fièvre, courbatures, maux de tête, nez qui coule, toux, yeux rouges, difficultés respiratoires, désorientation, vertiges...

## QUE FAIRE SI J'AI DES SYMPTÔMES ?

**Je consulte immédiatement un médecin** et je lui explique avoir été exposé à des oiseaux domestiques, des oiseaux sauvages, des porcs ou d'autres mammifères infectés par le virus, suspectés d'être infectés ou morts, ou à des surfaces susceptibles d'être contaminées. Il me prescrira un **test respiratoire** pour rechercher la cause de ces symptômes.



**En attendant le résultat du test, j'adopte les bons réflexes pour éviter de transmettre le virus à mon entourage :**

- Je limite mes contacts.
- Je porte un masque (chirurgical ou FFP2) en présence d'autres personnes.
- Je respecte les autres mesures barrières (lavage des mains, aération du logement, éternuement et toux dans son coude, utilisation de mouchoirs à usage unique, éviter de serrer les mains et d'embrasser, etc.).



**En cas de résultat positif pour un virus influenza aviaire ou porcine :**

- Mon médecin me proposera une prise en charge et un traitement adaptés.
- Je serai contacté par les Autorités de santé (Agence Régionale de santé, Santé publique France) afin d'identifier les personnes qui auraient pu être infectées autour de moi.

