



LIGUE PULMONAIRE

## La grippe: une maladie imprévisible contre laquelle on peut se protéger!

La grippe (Influenza) est connue depuis des siècles comme étant une maladie infectieuse aiguë. Les virus circulent surtout durant les mois d'hiver. Cette maladie touche principalement les voies respiratoires et est transmise par les virus du type influenza-A et influenza-B. De graves complications surviennent parfois, en particulier chez les personnes appartenant à un groupe à risque élevé de complications. Pour protéger les groupes à risque, ceux-ci doivent se faire vacciner ainsi que toutes les personnes avec qui ils sont régulièrement en contact étroit.

### Le virus

On distingue trois types de virus de la grippe: les types A, B et C. Les plus dangereux pour l'homme sont les virus du type A. On les trouve aussi chez l'animal (par exemple chez les oiseaux aquatiques), où ils subissent très rapidement une mutation génétique et sont alors capables de contourner le système immunitaire humain. Les virus de type B sont plus rares. Ils mutent moins et n'apparaissent quasiment que chez l'être humain. Les virus de type C sont les moins dangereux pour l'homme. On distingue des sous-types de virus sur la base de protéines remarquables (hémagglutinine et neuraminidase) provenant de leur enveloppe. L'hémagglutinine leur permet de se lier à l'épithélium des voies respiratoires grâce à un récepteur spécifique. Le potentiel d'une épidémie dépend de la virulence de la souche virale, du nombre de souches en circulation, de l'immunité préexistante et de l'immunité de la population. A cet égard, le taux de couverture vaccinale joue un rôle important. Plus la mutation du virus est profonde par rapport à l'année précédente, plus faible est l'immunité conférée par une vaccination antérieure, par une grippe ou par la maladie grippale qu'on a eue. L'épidémie se manifeste la plupart du temps entre janvier et mars, mais des gripes peuvent aussi survenir en dehors de cette période.

### Les symptômes

Brusque poussée de fièvre, céphalées, douleurs articulaires et musculaires, toux et douleurs thoraciques sont les symptômes les plus fréquents en plus de la dégradation de l'état général et de la perte d'appétit. En l'absence de complications, ces symptômes durent de trois à sept jours. Mais chez les personnes qui présentent un risque élevé de complications, on observe, à la suite d'une affection grippale, une sinusite et une otite moyenne, une bronchite ou une pneumonie. Cette dernière survient chez environ 5% des malades et cette proportion peut atteindre 16% chez les personnes âgées. Mais une exacerbation de maladies pulmonaires existantes – comme l'asthme bronchique et la BPCO –, une pleurésie, une myosite, une myopéricardite, un infarctus du myocarde ou bien une méningite, une encéphalite et une myélite, etc. peuvent aussi être au nombre des complications. Les conséquences en sont une augmentation des hospitalisations (de 1000 à 5000 hospitalisations chaque année en Suisse) et des décès (jusqu'à 1500 décès en Suisse, surtout de personnes âgées). Durant la saison 2014/2015, on a observé l'épidémie de grippe la plus grave qu'ait connue la Suisse au cours de ces dix dernières années. De la deuxième semaine calendaire à la treizième, 276 000 personnes au total ont consulté leur médecin en raison de symptômes grippaux (normalement, elles sont entre 100 000 et 250 000/an). Dans le même temps, la mortalité chez les plus de 64 ans a été plus élevée qu'attendu, ce qui est typique de la grippe. Généralement, chaque année, 5 à 10% des adultes et 20 à 30% des enfants sont touchés. Tant les coûts de la maladie que les pertes de gain sont immenses et estimés respectivement à environ 100 millions et 300 millions de francs.

### Notre recommandation

Le moyen de protection le plus important contre la grippe est la vaccination. Le but essentiel de la vaccination est de protéger les groupes à risque. A cet effet, ce ne sont pas seulement les patients qui doivent être vaccinés, mais également les personnes qui sont en contact avec eux (ceci inclut la famille proche et le personnel soignant). Les personnes à haut risque sont:

- Les 65 ans et plus
- Les adultes et les enfants souffrant de maladies cardiaques et respiratoires chroniques, de déficiences immunitaires ou d'une pathologie qui affecte le fonctionnement du cœur, des poumons et des reins
- Les femmes enceintes et jusqu'à quatre semaines après l'accouchement
- Les prématurés
- Les nourrissons
- Les patient(e)s en établissements médicalisés et en structures pour maladies chroniques

Vu le contexte, l'Office fédéral de la santé publique recommande de vacciner les personnes à haut risque de complications ainsi que celles qui ont un contact régulier avec elles, que ce soit au sein de la famille ou dans le cadre d'activités privées ou professionnelles (cf. [www.bag.admin.ch/influenza](http://www.bag.admin.ch/influenza)). Chez une personne vaccinée sur quatre, il faut s'attendre à des réactions locales indésirables (douleurs, rougeurs, démangeaisons) ainsi qu'à des réactions systémiques comme de la fièvre, des douleurs musculaires et une sensation de malaise chez une personne vaccinée sur vingt. D'autres réactions d'hypersensibilité, parfois graves, surviennent très rarement (avant tout en cas d'hypersensibilité connue aux protéines de l'œuf). Les complications sérieuses d'une grippe surviennent beaucoup plus souvent que les réactions d'hypersensibilité graves.

### Protégez-vous vous-même et vos patients!

Le vaccin antigrippal peut protéger contre une maladie et ses complications et préserver ainsi la qualité de vie. Il peut aussi diminuer considérablement les coûts induits par la maladie. Informez-en vos patients et leurs proches – surtout les plus de 65 ans ainsi que ceux qui souffrent d'une maladie chronique comme la BPCO et l'asthme, une cardiopathie, etc.

Journée nationale de vaccination contre la grippe, le 6 novembre 2015: [www.kollegium.ch/grippe/f](http://www.kollegium.ch/grippe/f)

Littérature: s'adresser à l'auteur

Responsable pour le contenu de cet article

Dr Thomas Sigrist

Médecin-chef Pneumologie

Klinik Barmelweid AG

CH-5017 Barmelweid

[thomas.sigrist@barmelweid.ch](mailto:thomas.sigrist@barmelweid.ch)