

# DE L'INFLUENZA À LA PANDÉMIE...

L'aspect médical traduit en actions préventives

Entrevue avec le Dr Denis Laliberté



## Les actions préventives

Lavage des mains

Lavage sans eau

Hygiène respiratoire

Pratiques d'hygiène

Quelques mesures en cas  
de pandémie d'influenza



## HYGIÈNE RESPIRATOIRE

Un certain nombre de mesures préventives face à l'influenza sont regroupées sous ce qu'on appelle « **mesures d'hygiène respiratoire** ».

### OBJECTIF POURSUIVI :

1. Diminuer les occasions de disséminer dans l'environnement les gouttelettes de la toux et de l'éternuement sur lesquelles sont collés des virus de l'influenza.

**Important :** La distance de dispersion de ces gouttelettes peut atteindre un mètre (3 pi 3 po).

### SITUATIONS :

1. Pour contrôler la dissémination des gouttelettes causées par la toux ou l'éternuement :
  - ☉ Utiliser un papier mouchoir
  - ☉ Le jeter dans une poubelle

Si on n'a pas de papier mouchoir :

  - ☉ Utiliser l'intérieur du coude ou l'épaule.
2. Lorsqu'on est malade, éviter les contacts proches avec la famille, les collègues et les amis, parce que ce sera l'occasion rêvée pour le virus de se transmettre d'une personne à une autre.

Donc, si on est infecté par l'influenza (grippe), se retirer de nos activités sociales et du travail, pour ainsi éviter de transmettre involontairement le virus de l'influenza à quelqu'un de proche.