

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

PCI-CANADA RECOMMANDE DES MESURES POUR ÉVITER LA GRIPPE

Jeudi, le 9 janvier 2014 (WINNIPEG) - Prévention et Contrôle des Infections Canada (PCI Canada) nous rappelle que la saison de la grippe est arrivée avec une vengeance cette année.

Provinces de l'Ouest voient rapide augmentation des taux d'infection, à la fois dans la communauté et dans les établissements de santé. Avec l'éruption s'étendant vers l'est, d'autres parties du pays peuvent s'attendre à voir des taux augmentants de la grippe au cours des prochaines semaines.

La principale souche de la grippe circulant en ce moment est H1N1, semblable à la souche responsable pour la pandémie de grippe 2009. La souche H1N1 frappe certains membres de notre population particulièrement durement, y compris les jeunes enfants, les femmes enceintes et les personnes atteintes de maladies chroniques telles que l'asthme. Il y a des choses essentielles que vous pouvez faire pour rester en bonne santé.

Tout d'abord, en tant que président de PCI Canada Bruce Gamage explique, est d'obtenir un vaccin contre la grippe. "Le vaccin contre la grippe est la meilleure défense contre le développement d'une infection de la grippe", dit-il. "La souche H1N1 actuellement en circulation est bien adaptée à la souche vaccinale. Le vaccin n'est pas efficace à 100% dans la prévention de l'infection de la grippe, mais si vous avez reçu le vaccin et développez une infection, il est susceptible d'être léger."

Les Canadiens devraient savoir que ce n'est pas trop tard pour obtenir le vaccin de cette année, mais les fournitures sont à manquer dans certaines régions du pays. PCI Canada recommande que l'on doit consulter leur pharmacie locale ou médecin de famille afin de s'assurer qu'ils ont des bonnes réserves. Le vaccin est offert gratuitement aux enfants de moins de 17 ans, ceux plus de 65 ans et les gens avec les conditions de santé chroniques.

Comme toujours, le vaccin contre la grippe est offert à tous les fournisseurs de soins médicaux par leurs employeurs. Il est essentiel pour tous les fournisseurs de soins médicaux d'être immunisé pour éviter de transmettre le virus à ceux ils soignent.

PCI Canada note également l'autre action clé que vous pouvez prendre pour éviter d'avoir la grippe est l'hygiène des mains fréquent. Une façon courante pour le virus de la grippe d'entrer votre corps se fait par les mains. Quand nous touchons une surface contaminée, puis toucher ensuite notre visage, yeux, nez ou bouche, le virus peut entrer dans notre corps et causer une infection. Hygiène des mains avec du savon et de l'eau courante ou à la main à base d'alcool est très efficace pour éliminer les virus sur nos mains que nous ramassons de l'environnement. Il est particulièrement important de nettoyer vos mains avant de manger ou de manipuler des aliments.

Si vous tombez malade, prendre soin de ne pas transmettre le virus à d'autres. Restez à la maison lorsque vous êtes malade. Vous traîner à travailler lorsque vous êtes malade ne vous fait pas un service, et est un bon moyen de vous transmettre des germes aux autres - ainsi rester à la maison jusqu'à ce que vous vous sentez mieux. Si vous toussiez ou éternuez assurez-vous de couvrir votre bouche et nez. Tousser ou éternuer dans le haut du bras ou du coude ou utilisez un mouchoir. Rappelez-vous de continuer à vous laver les mains régulièrement, surtout si vous toussiez ou éternuez dans vos mains. Si vous avez une condition de santé chronique, demander conseil à un professionnel de la santé si vous devriez recevoir un médicament antiviral.

La clé pour rester en bonne santé cette saison de la grippe est en suivant ces mesures simples mais efficaces.

À propos de PCI-Canada

PCI-Canada, auparavant CHICA-Canada, est une association nationale, multidisciplinaire volontaire de Professionnels de Contrôle et de Prévention d'Infection (ICPs) avec 22 chapitres à travers le pays dédié à la santé des Canadiens en encourageant l'excellence dans la pratique de la prévention et contrôle des infections. Visitez le site Web de PCI-Canada (www.ipac-canada.org) pour information à propos de la prévention et contrôle de l'infection.

-30-

Information de contact pour les médias

Gerry Hansen (Ms), directrice générale, PCI-Canada
tel: 1-204-897-5990/1-866-999-7111
courriel: executivedirector@ipac-canada.org