

# L'infographie

Par Michael Balavoine Illustration Muti

## Grippe saisonnière

Experts:  
Pr Johanna Sommer,  
Pr Idris Guessous  
et Dre Anne Iten

### Personne infectée

#### Symptômes

- Forte fièvre (>38°)
- Frissons
- Rhume
- Maux de gorge
- Maux de tête
- Toux
- Douleurs musculaires et articulaires

400-1000

Nombre de morts de la grippe chaque année en Suisse

Très active de novembre à avril, la grippe saisonnière est due à un virus de type influenza A ou B. Celui-ci touche d'abord le système respiratoire, puis peut provoquer des complications graves. La grippe se soigne généralement avec du paracétamol. Pendant la durée des symptômes, il faut rester à la maison, boire abondamment et se reposer. Si vous vous sentez peu bien ou si les symptômes persistent, il est recommandé de consulter un médecin.

Le nombre de jours où l'on est contagieux. Cela débute la veille des premiers symptômes

+  
> 10%

Population suisse touchée chaque année par la grippe

Pulsations

### De la transmission à la maladie

#### 1 Risque de contagion

Une personne malade peut contaminer une personne saine par voie aérienne via les gouttelettes qu'elle projette lors de la toux, d'éternuements ou de postillons.

Elle peut aussi contaminer une personne saine lors de contact direct (poignée de mains par exemple), ou indirectement par des objets qu'elle a infectés (poignées de porte, robinets, téléphone).

#### 2 Infection

Le virus infecte les voies respiratoires.

#### 3 Multiplication

Le virus se multiplie dans les voies respiratoires, ce qui induit les premiers symptômes.

#### 4 Maladie

En cas d'infection par le virus influenza, des symptômes généraux tels que de la fièvre, des frissons ou des douleurs articulaires apparaissent. Ils sont le résultat de la réponse immunitaire de l'organisme.

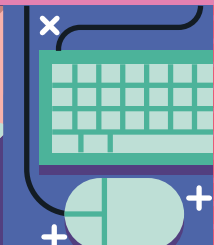
### La prévention



Restez à la maison quand vous êtes malade



Lavez-vous régulièrement les mains



Nettoyez écrans, claviers et poignées



Aérez les pièces



Évitez les contacts avec autrui



Toussez et éternuez dans un mouchoir



Toussez et éternuez dans le coude du bras



Jetez les mouchoirs

### La vaccination

Le virus de la grippe mute, ce qui rend une vaccination annuelle nécessaire.

#### Fortement recommandée pour :



Les +65 ans



Les femmes enceintes ou ayant accouché au cours des 4 dernières semaines



Les nourrissons et les bébés prématurés dès 6 mois



Les malades souffrant de maladies chroniques ou de déficience immunitaire

Ainsi que les victimes de maladies métaboliques comme l'asthme, le diabète ou la mucoviscidose.

70-90%

L'efficacité du vaccin chez les jeunes adultes jusqu'à 50 ans

1,07 million

Doses produites en Suisse de septembre 2016 à janvier 2017

L'infographie