

Conduite à tenir en cas de suspicion de grippe chez un adulte

Document à l'attention du grand public

❶ La grippe peut être suspectée si vous ressentez les signes suivants :

- **Apparition brutale d'une fièvre supérieure à 38°** (*la température doit être mesurée avec un thermomètre*) **et de signes respiratoires comme la toux ou de difficultés pour respirer**

❷ Appelez votre médecin traitant qui vous conseillera sur la conduite à tenir.

Ce n'est pas forcément la grippe. Votre médecin établira le diagnostic

Quand vous avez de la fièvre :

Il est recommandé de boire beaucoup (eau, jus, soupe) et de se reposer.

Les traitements contre la fièvre améliorent le confort en baissant la fièvre mais ils ne traitent pas sa cause. La fièvre ne représente pas en elle-même un danger, sauf cas très particulier.

❸ Si votre médecin confirme le diagnostic de grippe.

Restez chez vous Suivez ses prescriptions.

Renforcez les mesures d'hygiène à la maison pour protéger votre entourage : aérez les pièces, lavez vous les mains régulièrement, portez un masque lors des contacts avec les autres.

Protégez tout particulièrement les enfants et les femmes enceintes, en restant à distance (éviter bises, poignées de main...)

❹ En cas d'aggravation des signes

Par exemple : somnolence importante, température ou difficultés à respirer qui persistent malgré le traitement, accélération du rythme cardiaque, baisse de la tension artérielle...

N'hésitez pas à rappeler votre médecin, ou, en cas d'urgence, à contacter le Centre 15 (SAMU)

Pour plus d'informations :

Site Ministère chargé de la santé : <http://www.sante-sports.gouv.fr/>

Dossier : Grippe H1N1 – Fiche : Recommandations pour les personnes malades

http://www.sante-sports.gouv.fr/IMG/pdf/Recommandations_pour_les_personnes_malades_aout_2009.pdf