

En termes de prévention collective, il est souhaitable :

- D'aérer régulièrement les locaux
- De veiller à un entretien renforcé
- De mettre à disposition des solutions hydro-alcooliques, essuie-tout jetable, etc...
- D'éviter tout contact et tout rassemblement avec une personne présentant des symptômes grippaux.

SYMPTOMES DE LA GRIPPE A

Les symptômes typiques de la grippe A H1N1 sont les mêmes que la grippe de saison habituelle. En voici la liste :

Remarque: ces symptômes n'apparaissent pas toujours ensemble et peuvent être absents. Par exemple, dans 93% des cas de grippe A, on observe de la fièvre, 89% de la toux, 53% des douleurs musculaires, etc.



- une **fièvre élevée** (au dessus de 39°C). Quand la fièvre survient celle-ci apparaît **rapidement** et brusquement, associée à des **frissons** dus à l'augmentation rapide de la fièvre. Attention toutefois, car dans certains cas la **fièvre peut être absente ou très légère** (en particulier chez les personnes âgées). On estime que dans 93% des cas de grippe A, les personnes ont de la fièvre.

- une **toux sèche**, la toux est présente dans environ 90% des cas, c'est donc un **symptôme très important** de la grippe A.

- des **maux de tête** importants
- une **fatigue** importante voire extrême
- des **douleurs dans les articulations**, des **courbatures** dans les membres (jambes par exemple)
- des **maux de gorge**
- un **rhume**
- des **nausées**

Parfois des personnes souffrant de la grippe A ont également souffert de vomissements et de diarrhée (source: www.webmd.com, site internet américain de santé).

Remarque: Un médecin ne peut pas faire la différence entre les symptômes d'une grippe (normale) et de la grippe A. Il devra faire des tests de laboratoire pour confirmer s'il s'agit de la grippe A ou non.

La FFRS demande donc à tous les responsables associatifs de veiller à l'application de ces mesures au sein de leurs infrastructures (salles, vestiaires, bus, etc...)