



NOTE D'INFORMATION SUR LE VIRUS DE LA GRIPPE A (H1N1) À GENÈVE

(Juin 2009)

QU'EST-CE QUE LE VIRUS DE LA GRIPPE A (H1N1)?

Il s'agit d'un nouveau virus grippal qui cause actuellement des poussées de la maladie parmi les populations à l'échelle mondiale. Il se transmet essentiellement entre personnes par la toux ou l'éternuement de personnes infectées. On peut également être infecté en touchant des surfaces contaminées par le virus, puis en portant la main à la bouche ou au nez.

QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE L'INFECTION PAR LE VIRUS DE LA GRIPPE A (H1N1)?

Les symptômes qui semblent être analogues à ceux de la grippe humaine ordinaire: fièvre, toux, maux de gorge, douleurs musculaires, léthargie, maux de tête, frissons et fatigue. Certaines personnes ont également été prises de diarrhées et de vomissements.

COMMENT ME PROTÉGER CONTRE LE VIRUS DE LA GRIPPE A (H1N1)?

Les mesures à prendre pour se protéger contre le virus de la grippe A (H1N1) et éviter qu'il ne se propage sont les mêmes que pour la grippe saisonnière et que pour la plupart des autres infections respiratoires. Il faut notamment:

- Rester chez soi si on ne se sent pas bien et que l'on a de la fièvre et des symptômes similaires à ceux de la grippe.
- Se laver fréquemment les mains avec de l'eau et du savon, surtout après avoir toussé ou éternué. Les gels à base d'alcool sont également efficaces.
- Se couvrir le nez et la bouche avec un mouchoir (en papier) jetable ou sa manche lorsque l'on tousse ou que l'on éternue. (Ne pas se couvrir la bouche avec la main: votre main peut devenir infectée et faciliter la transmission du virus à autrui.)
- Limiter les contacts sociaux au minimum (poignées de main, baisers, etc.).
- Eviter tout contact rapproché avec des malades.

QUE FAIRE SI JE PRÉSENTE DES SYMPTÔMES ANALOGUES À CEUX DE LA GRIPPE?

- Si vous avez des symptômes analogues à ceux de la grippe (fièvre, toux ou maux de gorge), restez à la maison, dans votre chambre d'hôtel ou lieu d'hébergement et évitez tout contact rapproché avec des tiers jusqu'à vingt-quatre heures au moins après la disparition totale des symptômes. Lavez-vous fréquemment les mains et couvrez-vous toujours la bouche et le nez avec un mouchoir jetable lorsque vous toussiez ou éternuez.
- Appelez votre supérieur hiérarchique au BIT ou votre chef de délégation pour l'informer de votre absence et vérifier qu'il a vos coordonnées actuelles.
- Si vous habitez dans la région, appelez votre médecin traitant si vous avez besoin d'une assistance médicale.
- Si vous ne pouvez pas joindre votre médecin habituel ou si vous n'avez pas de médecin traitant, vous pouvez appeler le service médical du BIT au numéro 022 799 71 33 de 8 heures à 12 heures et de 13 heures à 17 heures.
- En dehors des heures de travail, si vous avez besoin de consulter un médecin, vous pouvez appeler:

A Genève:

Genève médecins: 0041 (0) 22 754 54 54 ou

SOS médecins: 0041 (0) 22 748 49 50

Si vous présentez des symptômes aigus (respiration difficile, douleur ou sensation d'oppression dans la poitrine ou l'abdomen, étourdissements, confusion et vomissements importants ou persistants, etc.), appelez immédiatement le Service des urgences des hôpitaux universitaires de Genève (HUG) au numéro 0041 (0) 372 81 11. Si vous ne parvenez pas à obtenir de l'aide à ce numéro, appelez le 144.

En France:

Pour joindre un médecin à tout moment, le numéro d'appel d'urgence est le 15.

Si vous présentez des symptômes aigus (respiration difficile, douleur ou sensation d'oppression dans la poitrine ou l'abdomen, étourdissements, confusion, vomissements importants ou persistants), vous devez vous faire soigner immédiatement.

SI JE SUIS MALADE, DOIS-JE PRENDRE UN ANTIVIRAL COMME LE TAMIFLU?

Les cas de grippe A (H1N1) sont pour la plupart peu virulents, comme la grippe saisonnière ordinaire. Par conséquent, vous devez vous reposer, boire abondamment et prendre les médicaments que vous prendriez habituellement pour traiter ce type de symptômes (fièvre, toux, maux de gorge). Les personnes atteintes de la grippe qui ont d'autres problèmes de santé, comme une grave maladie chronique, susceptibles d'affaiblir leurs défenses immunitaires, doivent se faire prescrire un traitement. Vous ne devez prendre un antiviral que s'il vous a été prescrit par un médecin.

QUELLES PRÉCAUTIONS DOIS-JE PRENDRE APRÈS AVOIR QUITTÉ LA CONFÉRENCE INTERNATIONALE DU TRAVAIL À GENÈVE?

Si vous vous sentez bien, vous pouvez reprendre votre activité professionnelle. En revanche, si après avoir quitté la Conférence internationale du Travail à Genève, vous commencez à présenter des symptômes analogues à ceux de la grippe (fièvre, maux de gorge, toux, nez bouché, frissons, maux de tête, douleurs musculaires, fatigue, voire diarrhée et vomissements), vous devez rester chez vous et appeler immédiatement un médecin.

OÙ PUIS-JE TROUVER DE PLUS AMPLES INFORMATIONS?

On trouvera davantage d'informations aux adresses suivantes:

- Organisation internationale du Travail: <http://www.ilo.org/intranet/english/bureau/pers/pandemic/index.htm>
- Organisation des Nations Unies: <http://www.un.org/staff/pandemic/>
- Organisation mondiale de la santé: www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html
- Centres de Lutte contre la Maladie: <http://www.cdc.gov/h1n1flu/>
- En Suisse: OFSP (Office fédéral de la santé publique) <http://www.bag.admin.ch/aktuell/index.html?lang=fr>, voir également l'article *Grippe porcine A/H1N1* (n'existe pas en anglais). Ligne d'assistance téléphonique: 0041 (0) 31 322 21 00
- En France (conseils aux voyageurs): <http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/909/pays/12191/mexique/12292/index.html>. Numéro de téléphone: 0825 302 302 (depuis la France) ou 0033 1 53 56 73 23 (depuis l'étranger).