



## Comment savoir si mon enfant a la grippe A(H1N1) ?

En ce moment, il n'est pas rare qu'un enfant ou un adolescent scolarisé soit renvoyé chez lui parce qu'il tousse et a l'air vaguement malade. Les parents sont alors sommés de faire la preuve que leur enfant n'est pas infecté par le virus grippal pandémique. Si vous êtes dans ce cas, que faire ?

1. Posez à votre enfant la question suivante : « depuis quand es-tu malade ? ». S'il répond « ce matin avant la récré », ce début brutal est compatible avec la grippe. Si le début a été beaucoup plus progressif, votre enfant n'a probablement pas la grippe.
2. Pour qu'il puisse s'agir de grippe, il faut aussi que
  - sa température soit égale ou supérieure à 38°C ou plus,
  - il tousse, mouche ou soit enrôlé ou bronchiteux
  - il soit fatigué et souffre de maux de têtes, de courbatures, de nausées ou de douleurs digestives.
3. Si un de ces signes manque, il ne s'agit pas d'une grippe.
4. Actuellement, si tous ces signes sont présents, il s'agit de grippe dans seulement 5% des cas. Dans les 95% restants, il s'agit d'une infection respiratoire non grippale, due aux agents infectieux habituels en cette saison.

Sources : Open Rome et Réseau des GROG



### Le Dico du doc

## Hypocondre

Partie supérieure de l'abdomen située sous les côtes qui est souvent le siège de douleurs ou de plaintes dont il est difficile de trouver la cause.

L'hypocondre a donné son nom à un comportement très spécial, l'hypocondrie. Les « hypocondriaques » passent leur temps à se sentir atteints de toutes sortes de maladies toutes plus graves les unes que les autres sans que les médecins ne parviennent à les rassurer sur leur état de santé.

Pour les médecins, les hypocondriaques sont à la fois des excellents clients et des malades épuisants car impossibles à guérir. Il n'est pas rare qu'à force d'examens et de soins plus ou moins justifiés, les hypocondriaques finissent par souffrir des séquelles de ces examens et traitements. Par chance, l'hypocondrie n'empêche pas de réussir de grandes choses. Parmi les hypocondriaques célèbres figurent Jean-Jacques Rousseau, Marcel Proust, Emile Zola, Glenn Gould et Romain Gary.

Si vous êtes hypocondriaque ou si vous vivez avec un de ces étranges individus, le Doc vous recommande la lecture d'un guide écrit avec humour par un médecin qui se reconnaît hypocondriaque :

*Dr Michel Guilbert - Carnet de Santé,  
Chifflet & Cie, 2009, 7,95 €. www.hugoetcie.fr*

### Météo antibio

#### Risques

- Grippe modéré
- Bronchiolite faible
- Inf respiratoire en hausse
- Gastro-entérite faible
- allergies pollens moyen

Source : <http://www.grog.org>  
et <http://www.nollens.fr>

Infections respiratoires saisonnières

### Quels virus ?

Les virus les plus fréquents en ce moment sont :

#### Rhinovirus

- rhume intarissable (plusieurs mouchoirs par heure) pendant 3 à 4 jours
- pas ou peu de fièvre (moins de 38°C)

#### Parainfluenza 3

- début brutal avec les mêmes signes que la grippe
- guérison spontanée en 48 heures (alors qu'avec la grippe, la fatigue et les douleurs durent beaucoup plus longtemps)

#### Adénovirus

- Début moins brutal que la grippe
- toux importante qui va durer 2 à 4 semaines
- présence de ganglions de la nuque ou du cou

#### Entérovirus

- début brutal
- présence de quelques signes respiratoires
- importance des signes digestifs : nausées, vomissements, douleurs digestives, diarrhée.
- guérison spontanée en quelques jours.

Sources : Réseau des GROG, Open Rome