

Quelle est la profession la mieux vaccinée contre la grippe ?

Une profession composée de personnes jeunes et bien portantes, pour lesquelles il n'existe aucune recommandation officielle de se vacciner chaque année contre la grippe et qui, pourtant, sont toutes vaccinées ! Ce sont... les sportifs professionnels de haut niveau !

Pour eux, avoir la grippe serait une catastrophe :

- L'infection grippale provoque une fonte musculaire correspondant à ce qui a été acquis pendant un trimestre d'entraînement intensif.
- En outre, pendant les 10 premiers jours de grippe il faut arrêter de s'entraîner. En effet, l'infection des bronches et des poumons diminue la capacité respiratoire tandis que l'inflammation des muscles (qui provoque douleurs et courbatures) augmente les besoins musculaires en oxygène. Ainsi le cœur, qui est un muscle, est touché comme les autres et un entraînement, même modeste, qui oblige les muscles à travailler en « cycle anaérobie », c'est-à-dire en manque d'oxygène, fait courir un risque d'infarctus du myocarde.

Bref, en cas de grippe, la saison sportive est terminée.

Pour éviter cette catastrophe professionnelle, la vaccination contre la grippe fait partie de l'hygiène sportive de haut niveau.

Source : Club des cardiologues du sport. www.clubcardiosport.com

Le Dico du doc



Trace



Quantité très faible d'un produit.

Pour illustrer ce que signifie « très faible », imaginez la situation suivante :

- Prenez un bock (1 litre) pouvant contenir de la bière. Remplissez-le à ras bord d'alcool pur. Boire cul sec le contenu du bock peut provoquer un coma éthylique mortel.
- Placez-vous au bord d'une piscine olympique. Prenez le même bock, remplissez-le de la même façon puis versez-le dans la piscine. Attendez quelques minutes puis plongez et avalez une grande quantité d'eau de la piscine. L'alcool n'aura aucun effet.

Ainsi, une substance présente à l'état de « trace » dans un médicament ou un vaccin, même si elle est suspectée d'être un poison violent, n'a aucun effet nocif, parce que la dose absorbée est beaucoup trop faible.

L'homéopathie affirme même que les traces ont un effet protecteur, les granules homéopathiques contenant des traces de poison violent censées protéger contre les symptômes qu'aurait provoqués le poison à plus forte dose.

Source : Open Rome

Météo antibio

Risques

- Grippe très faible
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire en hausse
- Gastro-entérite modéré
- Allergie pollens très faible

Sources : RNSA, Santé publique France, Renal

Grippe : vaccin en pharmacie le 15

Pas de grippe actuellement en métropole. Les infections respiratoires aiguës d'allure grippale sont dues à d'autres virus.

Le vaccin contre la grippe sera disponible en pharmacie le 15 octobre prochain.

Infections respiratoires (hors grippe)



Niveau de risque

Très élevé

Élevé

Faible ou localisé

Très faible ou quasi nul

Pas de risque signalé

Sources : Santé Publique France, Open Rome

Pour s'abonner : <https://openrome.org/abonnement/ddj>