

Pourquoi se revacciner contre la grippe chaque année ?

Quand nous attrapons la grippe, notre corps apprend à reconnaître le virus. Si, quelque temps plus tard, nous entrons en contact avec ce même virus, notre système immunitaire de défense l'identifie aussitôt et l'empêche de nuire.

L'infection par un virus grippal donné procure une immunité durable contre ce virus grippal là. Ainsi, ceux qui ont été infectés par la grippe A(H1N1) avant 1957 ont été protégés en 2009 contre le virus de la grippe A(H1N1) pandémique, qui était presque similaire à celui qui avait circulé entre 1918 et 1957.

Mais alors, si le virus grippal immunise ceux qu'il infecte, comment fait-il pour continuer à circuler ?

Ce virus a un talent très particulier : il modifie son enveloppe et change sans cesse son « apparence immunitaire », de la même façon que nous, quand nous changeons de montre. Cette succession de petits changements lui permet d'échapper en partie à nos défenses et de continuer à circuler.

Chaque année, il faut examiner les changements les plus récents et fabriquer un nouveau vaccin antigrippal avec quelques uns des virus grippaux apparus pendant l'hiver. La composition du vaccin pour l'hémisphère Nord est déterminée par l'Organisation Mondiale de la Santé en février et validée par chaque pays début mars. Il faut ensuite 5 mois pour fabriquer le vaccin et le tester, de façon à le livrer en pharmacie mi-octobre.

Source : Groupes Régionaux d'Observation de la Grippe

« Muqueuse »

Notre corps est drôlement bien fait : à l'extérieur, nous sommes protégés par notre peau et, à l'intérieur, par ce que les médecins appellent les « muqueuses ».

Ces muqueuses qui tapissent notre bouche, nos narines, nos bronches et notre tube digestif constituent à la fois une défense contre les substances nocives et un filtre qui absorbe les produits utiles.

Chez les fumeurs, quand tout va bien, les muqueuses éliminent une bonne partie des goudrons et autres produits toxiques apportés par les cigarettes.

En revanche, à la moindre petite infection respiratoire, les muqueuses perdent leur efficacité. Au lieu d'arrêter 90% des poisons et de la nicotine, elles laissent tout passer. Autrement dit, pendant un rhume ou une infection respiratoire, la toxicité d'une cigarette est 10 fois plus forte qu'en temps normal.

En cas de rhume ou de bronchite, si vous êtes fumeur(se), divisez momentanément par 10 votre dose de tabac quotidienne. Vous ne ressentirez pas de manque et vous épargnerez à votre organisme une multiplication par 10 des dangers de la cigarette...

Source : Open Rome

Météo antibio

Grippe, Covid19, infection respiratoire aiguë, gastro-entérite, pollens, pollution aérienne

Météo de votre région :
<https://epidmeteo.fr>



Quiz

« Paquet-années » ?

Cochez la bonne réponse

A votre avis, que mesure-t-on dans une évaluation en paquets-années ?

- charge de travail du facteur
- flux de commandes à Amazon
- consommation actuelle de tabac
- consommation passée de cigarettes.

Réponse dans le Doc du jeudi n°2023-38

Pour s'abonner :

<https://docdujeudi.org/abonner.html>