

LA GRIPPE ET LES PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES CARDIAQUES

La grippe saisonnière est une maladie contagieuse causée par le virus de l'influenza. Les personnes atteintes de maladies cardiaques sont plus à risque de complications graves (hospitalisation et décès) que les adultes en santé.

VULNÉRABILITÉ ACCRUE DES PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES CARDIAQUES

Les maladies cardiaques rendent les personnes plus vulnérables aux complications graves de la grippe. Plus du tiers des personnes hospitalisées chaque année à cause de la grippe sont atteints de maladies cardiaques. La grippe est associée à une augmentation du risque de crises cardiaques et d'accidents vasculaires cérébraux (AVC).

SYMPTÔMES DE LA GRIPPE

La grippe peut provoquer des symptômes modérés à importants et parfois mener au décès. Les personnes infectées ressentiront l'un ou l'autre des symptômes suivants :

- Fièvre, parfois absente, surtout chez les personnes âgées
- Toux
- Mal de gorge
- Douleurs musculaires ou articulaires
- Mal de tête
- Fatigue importante
- Nausées et vomissements, surtout chez les enfants

La majorité des personnes infectées par le virus de l'influenza guériront en quelques jours, mais les personnes souffrant d'une maladie cardiaque peuvent voir leur état de santé se détériorer rapidement.

COMPLICATIONS DE LA GRIPPE

La grippe peut aggraver les difficultés respiratoires des personnes atteintes d'insuffisance cardiaque chronique et exacerber d'autres symptômes cardiaques.

Pneumonie, bronchite, sinusite et otite comptent parmi les complications les plus fréquentes de la grippe, mais certaines personnes développeront des complications plus graves et parfois fatales.

TRAITEMENT DE LA GRIPPE

Les médicaments contre la fièvre et les maux de tête peuvent soulager les symptômes de la grippe. Des médicaments antiviraux contre le virus de l'influenza peuvent contribuer à réduire la durée des symptômes et le risque de complications. Ils doivent être pris dans les 48 heures suivant l'apparition des premiers symptômes.

PRÉVENTION DE LA GRIPPE

La meilleure façon de prévenir la grippe est de recevoir le vaccin tous les ans. De bonnes habitudes de vie comme se laver régulièrement les mains et se couvrir la bouche lors de toux peuvent aider à limiter la propagation du virus de l'influenza et des autres virus respiratoires. Les personnes atteintes de maladies cardiaques devraient éviter de recevoir de la visite de personnes ayant la grippe ou de leur rendre visite.

LA VACCINATION, LA MEILLEURE PROTECTION CONTRE LA GRIPPE

Toutes les personnes atteintes de maladies cardiaques âgées de 6 mois et plus devraient recevoir le vaccin contre l'influenza.

Les données appuient l'effet préventif de la vaccination chez les malades cardiaques. Le vaccin diminue le risque d'attraper la grippe et, si l'infection survient, il réduit les complications. **Le vaccin contre l'influenza devrait faire partie du plan d'intervention de base de tous les malades cardiaques.**

La vaccination contre les infections graves au pneumocoque (par exemple : infection du sang, pneumonie, méningite) est aussi recommandée chez les personnes ayant une maladie cardiaque. Deux différents vaccins contre le pneumocoque sont recommandés pour bien vous protéger. Informez-vous auprès de votre médecin ou du CLSC.

JE PROPAGE LA SANTÉ, PAS L'INFLUENZA.
JE ME FAIS VACCINER.