

## Propagation des infections respiratoires durant la période des Fêtes Plusieurs options autres que l'urgence sont disponibles

---

**Joliette, le 22 décembre 2023** - Comme chaque année, à l'approche de la période des Fêtes, un ensemble de facteurs exerce une grande pression sur le réseau de la santé, comme l'augmentation de la propagation des infections respiratoires et les congés du personnel du réseau additionnés à la pénurie de main-d'œuvre. Cette année, les grèves et leurs conséquences sur les soins et les services, notamment sur la première ligne, ajoutent de la pression sur un réseau de santé déjà fragilisé, notamment avec la pandémie et le vieillissement de la population des dernières années. Dans ce contexte, le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière appelle à la collaboration de la population.

### L'importance des bonnes pratiques

Les cas d'infections respiratoires, soit le virus respiratoire syncytial (VRS), l'influenza (grippe saisonnière) et la COVID-19, sont présentement en hausse, ce qui augmente le nombre d'hospitalisations. La vaccination est l'un des meilleurs moyens pour faire face à cette augmentation et prévenir les complications graves. Les vaccins pour se protéger de la COVID-19 et de l'influenza sont offerts gratuitement à toute la population. Plusieurs rendez-vous sont toujours disponibles dans toutes les régions du Québec sur [Clic Santé](#).

En vue des nombreux rassemblements des Fêtes, il est important de rappeler les bonnes habitudes à prendre afin de réduire la transmission des virus :

- En cas de fièvre, il vaut mieux rester chez soi.
- Jusqu'à la disparition des symptômes, le port du masque est privilégié afin de protéger les autres.
- Lorsque des symptômes sont présents, il est préférable d'éviter les contacts avec les personnes vulnérables et d'aviser les personnes que nous pourrions fréquenter de nos symptômes.

Il faut se rappeler que, l'an dernier, le sommet des infections, notamment pour l'influenza, a été atteint au mois de janvier. Il est donc encore temps de se prévaloir de la vaccination dans les points de service locaux ou dans les pharmacies, pour mieux se protéger.

### D'autres options pour limiter la pression sur les urgences

Une grande proportion de la population qui consulte à l'urgence n'a pas de problèmes urgents, ce qui engorge les hôpitaux et empêche certaines personnes d'obtenir des soins adéquats. Parmi les exemples observés au quotidien dans les urgences, il est question de renouvellement de prescription, de mal de gorge, de toux légère, de gastro-entérite (sans signes de déshydratation grave) et de symptômes d'infection urinaire.

Ainsi, il est recommandé d'utiliser les options autres que l'urgence pour les besoins de santé non urgents. Il est toutefois possible que les délais d'attente pour accéder à ces services soient plus élevés qu'à la normale au cours des prochains jours et des prochaines semaines, notamment aux différentes options du 811, dont le guichet

d'accès à la première ligne (GAP), de même qu'aux urgences. Il demeure préférable d'attendre au téléphone plutôt que de se rendre aux urgences.

De plus, il est toujours possible de demander conseil à son pharmacien, à sa pharmacienne ou de consulter le guide d'autosoins sur [Quebec.ca](http://Quebec.ca).

Les options autres que l'urgence :

- **Par téléphone**
  - 811, option 1 (Info-Santé et ligne pédiatrique).
  - 811, option 2 (Info-Social).
  - 811, option 3 (GAP).
- **Sur le Web**
  - La population peut également accéder au [GAP numérique](#). Le GAP numérique dirige les Québécoises et les Québécois vers le service de santé qui répondra le mieux à leurs besoins.
  - Pour obtenir un rendez-vous, il est possible de consulter [Rendez-vous santé Québec](#) (RVSQ) ou d'autres plateformes (Clic Santé, Bonjour Santé, etc.).
- **En personne**
  - Par ailleurs, il est toujours possible de consulter son pharmacien, sa pharmacienne ou son médecin de famille.

Afin d'améliorer l'accès à des services de santé pour les Lanaudoises et les Lanaudois, une clinique d'hiver est disponible pour la population dans la région pour offrir plus de plages de rendez-vous, en complément des urgences et des autres options. Pour accéder à ce service, vous devez composer le 811, option 1.

Rappelons enfin que des tests rapides de dépistage de la COVID-19 sont offerts gratuitement dans tous les [points de service locaux](#).

**Liens connexes :**

- Pour s'informer sur les options autres que l'urgence : [Quebec.ca/AccèsSanté](http://Quebec.ca/AccèsSanté).
- Pour obtenir des conseils pour soigner les symptômes de grippe et de gastro-entérite : [Symptômes d'allure grippale et gastro | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](#).