

Rhume, grippe et gastro-entérite Appel à la vigilance durant les Fêtes

Joliette, 20 décembre 2018 – À l'approche de la période des Fêtes, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière tient à rappeler à la population qu'il existe des moyens efficaces de prévenir des infections comme le rhume, la grippe et la gastro-entérite.

En effet, en cette période de rencontres et de rapprochements nombreux, il demeure essentiel de prendre les précautions nécessaires afin de limiter la propagation des infections. Chacun peut ainsi contribuer à ces mesures de prévention par des gestes simples et efficaces tels que :

- se faire vacciner contre la grippe si on fait partie des groupes ciblés;
- se laver fréquemment les mains, à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique;
- tousser ou éternuer dans le pli du coude;
- éviter de partager des verres et des ustensiles;
- et rester à la maison et éviter les contacts sociaux quand on est malade.

Ces petits gestes concrets permettent de se protéger efficacement, de même que les personnes de son entourage, notamment celles qui sont plus fragiles et qui risquent de présenter des complications si elles sont malades.

Ressources disponibles

En cas d'apparition de symptômes, les personnes en bonne santé sont invitées à demeurer à la maison, à se reposer et à bien s'hydrater, tout en surveillant l'évolution de leur condition. Les personnes à la santé fragile peuvent demander conseil auprès d'Info-Santé 811. Notons que ce service gratuit demeure en activité pendant les Fêtes comme le reste de l'année, soit 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Il est recommandé de joindre ce service avant de se déplacer pour une consultation médicale.

Si le professionnel du service Info-Santé 811 recommande une consultation médicale :

- les citoyens inscrits auprès d'un médecin de famille sont invités à contacter la clinique ou le groupe de médecine de famille (GMF) où ils sont suivis pour savoir si des consultations médicales le jour même ou le lendemain sont offertes. La clinique ou le GMF pourrait diriger le patient vers une autre clinique;
- les personnes qui n'ont pas de médecin de famille ou dont le médecin de famille n'est pas disponible peuvent avoir accès à certaines ressources qui offrent des consultations médicales le jour même ou le lendemain. La section « Trouver une ressource » du site [Québec.ca](http://Quebec.ca) offre de l'information à ce sujet.

Il est aussi possible de se rendre sur le site [Québec.ca](http://Quebec.ca) pour en savoir davantage à propos des mesures de prévention, pour évaluer s'il est nécessaire de consulter un médecin ou pour connaître les groupes ciblés par la vaccination.

Vaccination

Si ce n'est déjà fait, les personnes faisant partie des groupes ciblés par la vaccination contre la grippe peuvent toujours prendre rendez-vous afin d'obtenir le vaccin :

Par téléphone : du lundi au vendredi (sauf jours fériés), de 8 h 30 à 16 h 30, en composant le **450 755-3737** ou le **1 855 755-3737**.

Par internet : sur www.monvaccin.ca

– 30 –

Source : Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

Renseignements : Pascale Lamy
Adjointe au PDG - relations publiques et chef du service
des communications par intérim
Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
Téléphone : 450 759-5333, poste 2685
pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca