

Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

Conseils utiles durant la période des Fêtes pour éviter la transmission des virus

Joliette, le 27 décembre 2019 – Durant la période des Fêtes, les rassemblements familiaux et sociaux sont fréquents, multipliant les occasions de transmettre différentes infections. Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière rappelle des conseils utiles pour prévenir la propagation des virus causant la grippe, le rhume ou la gastro-entérite.

Des gestes simples pour votre santé et celle de vos proches

Se laver les mains régulièrement (à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique) et tousser ou éternuer dans le pli du coude sont des gestes simples, qui permettent de réduire la propagation des virus. Cette publication du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) présente les bonnes pratiques à adopter lorsque vous toussiez ou éternuez : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-207-01F.pdf>.

Si vous éprouvez vous-mêmes des symptômes de grippe ou de gastro-entérite, évitez de visiter un proche à l'hôpital ou en centre d'hébergement afin de prévenir la transmission à ces personnes vulnérables.

Quoi faire en présence de symptômes

Si vous ou l'un de vos proches présentez des symptômes de la grippe ou de la gastro-entérite, soignez-vous à la maison et au besoin, consultez l'outil *Aide à la décision* développé par le ministère de la Santé et des Services sociaux disponible en ligne au : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-294-05F.pdf>.

Il demeure important de surveiller l'évolution des symptômes, surtout pour les personnes à risque. N'hésitez pas à utiliser le service Info-Santé 811, accessible 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Ressources disponibles

Si le professionnel du service Info-Santé 811 recommande une consultation médicale, avant de vous rendre à la salle d'urgence, sachez qu'il existe des alternatives qui permettent de recevoir des conseils, des soins et des services adaptés à votre condition de santé :

- Les citoyens inscrits auprès d'un médecin de famille sont invités à contacter la clinique ou leur médecin 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. Le site www.sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous/ offre de l'information à ce sujet.

- Durant la période hivernale, si vous avez des symptômes de grippe, de gastro-entérite ou tout autre problème de santé non urgent, dirigez-vous vers l'une des cliniques d'hiver. Ces cliniques offrent des consultations médicales additionnelles en ajoutant des heures d'ouverture ou du personnel à leur horaire régulier, et ce, jusqu'au 31 mars 2020. Consultez notre site Web pour plus de détails : www.cisss-lanaudiere.gouv.qc.ca/votre-cisss/coordonnees-et-horaires/cliniques-dhiver/.

Vaccination

Finalement, si ce n'est déjà fait, les personnes faisant partie des clientèles ciblées 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 : Maude Jutras
 Agente d'information
 Direction des ressources humaines, des communications et
 des affaires juridiques
 Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
 Téléphone : 450 756-4555, poste 2690
maude.jutras.cisssl@ssss.gouv.qc.ca