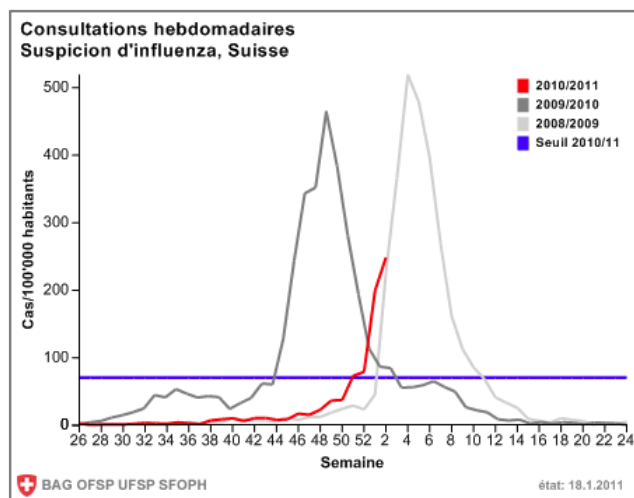


## **Grippe A (H1N1), dite grippe porcine : recommandations pour les entreprises**

Durant l'hiver 2010-2011, le virus de la grippe A (H1N1) continue d'être actif. Il est responsable de 3/4 des cas déclarés. Cependant, il ne présente pas de danger supérieur aux autres types de gripes connues dont la recrudescence est habituelle en saison froide. La vaccination est recommandée, surtout pour les personnes à risques (obèses, asthmatiques, cardiaques, personnes faibles, malades chroniques...) et pour les personnes qui voyagent souvent ou sont souvent en contact avec du public. En entreprise, des mesures d'hygiène simples devraient être mises en œuvre.

D'après de système de surveillance suisse « Sentinella », la région des Grisons et du Tessin a subi un fort pic de cas à fin 2010 et la statistique montre actuellement une régression. Pour Genève, Vaud, Valais et Neuchâtel, la situation est similaire, bien que le pic ne se soit pas montré aussi élevé. Dans les autres régions, l'épidémie est encore en progression, avec une fréquence particulièrement marquée pour Berne, Jura, Fribourg et le nord-est de la Suisse. L'incidence est la plus élevée dans la classe d'âge des 15 à 29 ans.



La plupart des sujets infectés par le virus A(H1N1) guérit en 7 jours, même sans intervention médicale, mais les petits enfants, les femmes enceintes, les personnes souffrant d'asthme, de maladies cardiovasculaires, de diabète, d'immunosuppression, d'obésité prononcée ou d'autres états pathologiques sont particulièrement exposés à des complications.

Deux médicaments antiviraux semblent efficaces, particulièrement dans les premières 48 heures suivant l'apparition de symptômes. L'oseltamivir est le plus recommandé, mais des cas de résistance sont apparus, surtout s'il est administré tardivement. Ces médicaments ne doivent pas être consommés sans avis médical.

Les porteurs du virus sont contagieux avant même l'apparition de symptômes. Le temps d'incubation est de 1 à 7 jours.

Les vaccins disponibles sont recommandés à tous dans le but de freiner la propagation du virus et de réduire le nombre de malades. Le vacciné qui vit dans l'entourage de personnes à risques leur évitera une éventuelle contamination. La vaccination se fait par une petite piqûre dans l'épaule, quasiment indolore. Les effets secondaires sont généralement faibles ou inexistantes. Certaines personnes signalent des maux de tête durant quelques heures après la vaccination, ainsi qu'une gêne à

l'épaule. Plus rarement apparaissent des symptômes grippaux qui s'estompent dans les 24 heures. De rares cas nécessitent un arrêt de travail d'une journée.

On peut se faire vacciner dans les cabinets médicaux.

Vu le potentiel de nuisance de la maladie et le risque économique pour l'entreprise, nous conseillons d'appliquer les mesures d'hygiène suivantes.

- Pour toute l'entreprise :

1. Mettre à jour ou élaborer un plan de pandémie, dans le but de protéger les travailleurs et de continuer les activités malgré l'absence de nombreux travailleurs et de cadres (délégation de compétences, doublement des compétences, télétravail, gèle des activités non essentielles, mesures d'hygiène accrues...).
2. Faire provision de masques hygiéniques et les mettre à disposition des travailleurs qui ressentiraient des symptômes grippaux sur leur lieu de travail, ou qui devraient entrer en contact avec des malades.
3. Faire provision de savon doux et assurer les recharges pendant la journée.
4. Se procurer un produit désinfectant (alcool ou autre) et faire nettoyer plusieurs fois par jour les objets touchés par beaucoup de personnes (poignées de portes, téléphones, boutons d'ascenseurs, tables de conférence...).
5. Mettre à disposition du personnel des mouchoirs en papier.
6. Aérer régulièrement les locaux, plusieurs fois par jour, et vider les corbeilles.
7. Informer le personnel de votre plan de pandémie et des attitudes à adopter.
8. Recommander au personnel de se laver les mains en arrivant au travail et plusieurs fois par jour.

- Travailleurs appelés à voyager :

1. En voyage: entretenir une bonne hygiène personnelle, notamment se laver les mains souvent avec du savon, se reposer suffisamment, téléphoner à un médecin en cas de symptômes grippaux. Eviter de donner la main ; se tenir à un mètre au moins de ses interlocuteurs. Eviter les lieux comportant une grande concentration de personnes. Suivre les conseils et directives éventuelles des instances officielles locales.
2. En rentrant de voyage : surveiller l'apparition éventuelle de symptômes grippaux. Prendre alors contact avec un médecin.

Pour le personnel appelé à voyager fréquemment, nous recommandons la vaccination 12 jours au moins avant le prochain départ.

- Pour tous les travailleurs :

1. Suivre les consignes données par l'entreprise.
2. Maintenir une hygiène stricte à la place de travail. Se laver les mains souvent avec du savon.
3. Se moucher dans un mouchoir en papier et le jeter de suite dans une poubelle.
4. En cas d'apparition de symptômes à la place de travail : porter immédiatement un masque. Avertir le supérieur hiérarchique et regagner son domicile.

5. En cas d'apparition de symptômes en dehors de l'entreprise : ne pas se rendre au travail et avertir le supérieur hiérarchique ou le service RH.
6. Si les symptômes persistent plus de 3 jours, solliciter une consultation médicale et produire un certificat médical.
7. En cas de maladie, à domicile, protéger ses proches en portant un masque dans les situations de proximité.

- En règle générale, les personnes atteintes devraient :

1. Eviter la proximité immédiate de personnes saines et ne pas donner la main.
2. Eternuer dans le coude d'un bras.
3. Porter un masque hygiénique durant les sorties en public et au contact de leur entourage.
4. Surveiller l'évolution des symptômes et, en cas d'aggravation, téléphoner au médecin.
5. Téléphoner immédiatement à un médecin si elles font partie d'un groupe à risques (voir plus haut).

Un guide pour l'élaboration de mesures appropriées est disponible sous <http://www.bag.admin.ch/influenza/01120/01134/03058/04319/index.html?lang=fr>

Recommandations du SECO aux entreprises :  
[http://www.seco.admin.ch/themen/00645/02337/index.html?lang=fr&download=NHZLpZig7t,lnp6l0NTU042l2Z6ln1ae2lZn4Z2qZpnO2Yuq2Z6gpJCEeX5\\_gym162dpYbUzd,Gpd6emK2Oz9aGodetmqaN19XI2ldvoaCVZ,s-](http://www.seco.admin.ch/themen/00645/02337/index.html?lang=fr&download=NHZLpZig7t,lnp6l0NTU042l2Z6ln1ae2lZn4Z2qZpnO2Yuq2Z6gpJCEeX5_gym162dpYbUzd,Gpd6emK2Oz9aGodetmqaN19XI2ldvoaCVZ,s-)

Lien spécialisé de l'OFSP :  
<http://www.bag.admin.ch/influenza/01118/index.html?lang=fr>

Lien spécialisé pour le public :  
<http://www.bag.admin.ch/influenza/01120/01132/10097/index.html?lang=fr>

Cet avis se base sur l'analyse de la situation au 20 janvier 2011.