

LIEUX DE TRAVAIL NON LIÉS AU SECTEUR DES SOINS DE SANTÉ (FONCTION PUBLIQUE, ENTREPRISES ET AUTRES)

Résumé des lignes directrices sur la prévention des infections par les syndromes grippaux (SG), y compris la grippe pandémique H1N1

Ces lignes directrices sur la prévention des infections visent à guider les personnes qui travaillent hors du secteur des soins de santé.

Certaines personnes peuvent avoir des réactions de peur et d'anxiété face à la grippe pandémique H1N1. Pour aider ces personnes à composer avec la situation, nous vous demandons de veiller à ce que les présentes lignes directrices soient diffusées et appuyées, et à ce que le personnel ait accès aux services de soutien disponibles (lignes d'aide, programmes d'aide aux employés, soutien par des pairs et autres ressources).

La grippe pandémique H1N1 est une maladie respiratoire dont les symptômes ressemblent à ceux de la grippe saisonnière. On estime que la propagation du virus H1N1 est semblable à celle de la grippe saisonnière.

La grippe se propage facilement d'une personne à une autre quand le virus est libéré par la toux ou les éternuements d'une personne infectée et qu'il pénètre dans le nez ou la gorge d'une autre personne. Le virus peut également survivre sur une surface dure pendant quelques heures et être transmis aux mains de quelqu'un puis à son système respiratoire, si la personne se touche la bouche, le nez ou les yeux.

Les personnes atteintes de la grippe sont généralement contagieuses une journée avant l'apparition des symptômes, et la contagiosité atteint son maximum pendant les trois à cinq premiers jours de la maladie. Les enfants et les personnes dont le système immunitaire est affaibli peuvent être contagieux plus longtemps. Les personnes qui contractent la grippe ne présentent pas toutes des symptômes mais, même sans symptômes, elles peuvent transmettre la maladie, surtout si elles toussent ou éternuent.

Symptômes de la grippe

Apparition soudaine de toux et de fièvre accompagnée de l'un des suivants : mal de gorge, douleurs articulaires, douleurs musculaires ou fatigue.

Mesures habituelles pour éviter la propagation de l'infection

On considère que le virus de la grippe H1N1 est présent dans toutes les collectivités du Manitoba et dans tous les lieux publics. On considère aussi que le risque d'attraper la grippe pandémique H1N1 dans la plupart des lieux de travail n'est pas différent de ce qu'il est dans tout autre lieu fréquenté par de nombreuses personnes.

L'application des mesures habituelles suivantes peut contribuer à éviter la propagation de l'infection :

Hygiène des mains

- Les travailleurs devraient se nettoyer les mains régulièrement. Il est préférable d'utiliser de l'eau et du savon mais, en l'absence de savon et d'eau, les désinfectants à mains constituent une option acceptable si les mains ne sont pas visiblement souillées.
- Frotter entre les doigts, sur le dos des mains et sous les ongles, sans oublier les pouces, et se rincer les mains pendant environ 10 secondes. Utiliser une serviette en papier pour fermer le robinet.
- Se laver les mains avant de manger, après avoir touché des surfaces communes (p. ex. poignées de porte, rampes et téléphones) et après avoir utilisé les toilettes.
- Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche.

Hygiène respiratoire (étiquette en cas de toux et d'éternuements)

- Les travailleurs devraient se couvrir le nez et la bouche avec le creux du coude ou la manche ou avec un mouchoir quand ils toussent ou éternuent. Ils devraient jeter le mouchoir à la poubelle après utilisation et se nettoyer les mains.

Garder ses distances

- On considère que le risque d'être infecté par le virus H1N1 dans le lieu de travail est semblable à ce qu'il est dans tout autre endroit où les gens se rassemblent. Toutefois, le maintien d'une plus grande distance entre les gens et la limitation des contacts rapprochés avec d'autres personnes peuvent diminuer le risque d'exposition.

Rester à la maison si on est malade

- Les travailleurs qui présentent des symptômes grippaux devraient rester chez eux (s'absenter du travail) et éviter les contacts avec les autres jusqu'à ce qu'ils se sentent mieux.

REMARQUE : L'utilisation d'un masque par des personnes en bonne santé dans des lieux non liés aux soins de santé ne s'est pas révélée efficace pour se protéger de la grippe. Pour la plupart des travailleurs, le port du masque n'est pas nécessaire, ni recommandé.

Précautions générales dans les relations avec les clients

- On devrait conseiller aux clients qui présentent des symptômes grippaux de changer la date de leur rendez-vous, si possible, ou de recevoir les services souhaités d'une manière qui ne nécessite pas une interaction face-à-face avec un employé (par exemple par téléphone ou en ligne).
- Les personnes qui estiment avoir été exposées à la grippe H1N1 mais qui se sentent bien n'ont pas besoin de s'absenter du travail. Elles devraient toutefois surveiller attentivement l'apparition éventuelle de symptômes grippaux. Le cas échéant, elles devraient rester chez elles jusqu'à ce qu'elles se sentent mieux.

Nettoyage

- En dehors du cadre des soins de santé, notamment les lieux de travail non axés sur les soins de santé, il suffit de nettoyer régulièrement les machines et les surfaces utilisées fréquemment.

Pour en savoir davantage

- Le site www.manitoba.ca/flu/index.fr propose plus de renseignements sur la grippe pandémique H1N1.
- De plus amples renseignements sur la grippe H1N1 et sur la sécurité au travail se trouvent à : <http://safemanitoba.com/uploads/bulletins/bltn262.pdf>
- Pour en savoir plus sur la grippe et sur les soins personnels, prière de communiquer avec Health Links-Info Santé en composant le 788-8200 ou le 1 888 315-9257, ou avec son fournisseur de soins de santé.