

« Le vaccin est efficace contre la grippe, pas contre le rhume. »

le rhume ou la grippe. Il semble peu probable qu'elle diminue la sévérité ou la durée d'un rhume.

Et les médicaments contre le rhume ?

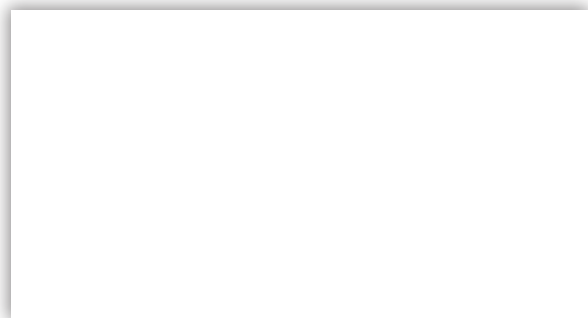
Il existe actuellement plusieurs préparations « pour sinus », qui combinent de multiples ingrédients. Elles peuvent sembler pratiques, car elles agissent contre une grande variété de symptômes. Il est encore préférable de traiter les symptômes un par un, avec le bon produit, à la dose et pour la durée qui convient.

Pour vous y retrouver, consultez votre pharmacien !



© Copyright Vigilance Santé

Les feuillets d'informations pour les patients sont produits par Vigilance Santé inc. Ces renseignements sont fournis à titre d'information seulement et ne remplacent d'aucune façon l'avis et les conseils de vos professionnels de la santé. Consultez toujours un professionnel de la santé avant de prendre une décision qui concerne votre médication ou vos traitements.



groupeproxim.ca

Rhume et grippe



La plupart des gens confondent rhume et grippe, possiblement parce que les deux sont des infections respiratoires et ont des symptômes similaires. Même s'il est parfois très inconfortable, le rhume est un problème bénin : nez qui coule, congestion nasale, éternuements, mal de gorge et toux. Il est conseillé de se reposer au lit et de boire beaucoup de liquide.

La grippe, que l'on appelle aussi influenza, est une infection beaucoup plus sévère. Habituellement, la personne présente de la fièvre, des frissons, ressent une faiblesse générale, des douleurs musculaires et des courbatures et se plaint de maux de tête. Après une grippe, la fatigue, la douleur à la poitrine et la toux peuvent persister quelque temps. La grippe peut se compliquer d'une bronchite ou d'une pneumonie.



Proxim

« Le rhume et la grippe sont plus fréquents en hiver. »

Le rhume et la grippe sont-ils causés par un refroidissement ?

OUI ET NON. Le rhume et la grippe sont plus fréquents en hiver, mais on ne peut mettre entièrement le blâme sur la température. Les enfants sont très sujets aux rhumes : la rentrée des classes facilite la propagation des virus et le retour du mauvais temps fait que nous nous retrouvons davantage confinés à l'intérieur et en étroit contact avec les autres.

Comment puis-je me protéger ?

Les mesures élémentaires d'hygiène sont de mise. Une personne infectée peut disperser le virus du rhume ou de la grippe dans l'air qu'on respire lorsqu'elle parle, éternue ou tousse. Si vous avez un rhume, lavez-vous les mains souvent et évitez de partager les objets du quotidien.

La fatigue et le surmenage ne peuvent pas causer un rhume ou une grippe à eux seuls, mais ils peuvent rendre l'individu plus fragile à l'infection.



Et le vaccin ?

Il est efficace CONTRE LA GRIPPE, pas contre le rhume. Pour fabriquer le vaccin contre l'influenza, le virus de la grippe, on choisit les souches considérées les plus répandues cette année-là. Administré à l'automne, il devrait prévenir la majorité des cas de grippe ou au moins en réduire les complications.

Une grippe et ses complications peuvent être graves. Le vaccin est recommandé pour les femmes enceintes, les résidents d'un établissement de soins de longue durée, les personnes de 65 ans et plus, les enfants entre 6 mois et 5 ans et les autochtones. Les personnes dont le système immunitaire est diminué ou qui sont atteintes de maladies cardiaques, pulmonaires ou rénales, de cancer, du diabète, d'anémie, de troubles neurologiques ou d'obésité morbide devraient également être vaccinées.

Le vaccin est aussi conseillé à tous ceux qui sont en contact avec ces personnes ou avec un nourrisson de moins de 6 mois.

À quoi servent les antibiotiques et la vitamine C ?

Les antibiotiques ne sont pas utiles contre les virus, mais bien contre les bactéries. Il est donc inutile de prendre des antibiotiques pour révoquer un début de rhume ou de grippe. Cependant, si des symptômes comme des douleurs au niveau des sinus ou des maux d'oreilles, une toux avec expectorations verdâtres ou un point dans le dos apparaissent ou si la fièvre ne tombe pas après 4 à 5 jours, il s'agit peut-être d'une infection bactérienne. Dans ces cas, les antibiotiques peuvent être recommandés.

Certaines personnes croient que la vitamine C peut prévenir le rhume. Des études ont démontré que même des doses massives de vitamine C ne préviennent pas