

► Nous vivons actuellement une augmentation de la circulation du virus de la COVID-19, et même si nous ne pouvons pas prédire le niveau de circulation et la période de circulation de la grippe, ces deux virus risquent de coexister à un moment ou à un autre de l'automne et de l'hiver.

Et si pour certains, une infection ne signifie pas de trop lourds symptômes, pour certains, une infection peut conduire à l'hospitalisation, à des séquelles, voire au décès.

Pour cette raison, pour protéger les plus vulnérables, nous devons collectivement être vigilants, poursuivre et renforcer ces gestes barrières que nous connaissons bien dorénavant.

Au-delà des gestes barrières pour toutes et tous, il faut rappeler que pour les personnes fragiles, le meilleur moyen de prévention reste la vaccination : vaccination contre la COVID-19 en rappel et vaccination annuelle contre la grippe pour les personnes à risque, par leur âge, leur maladie ou pour les femmes enceintes.

A nous tous de rappeler tout cela, et d'accompagner aussi les personnes isolées, éloignées du soin vers les professionnels de santé en ville pour la vaccination. ■

**Magali Guegan**

Directrice Adjointe de la Santé Publique

## LE THÈME DE LA SEMAINE

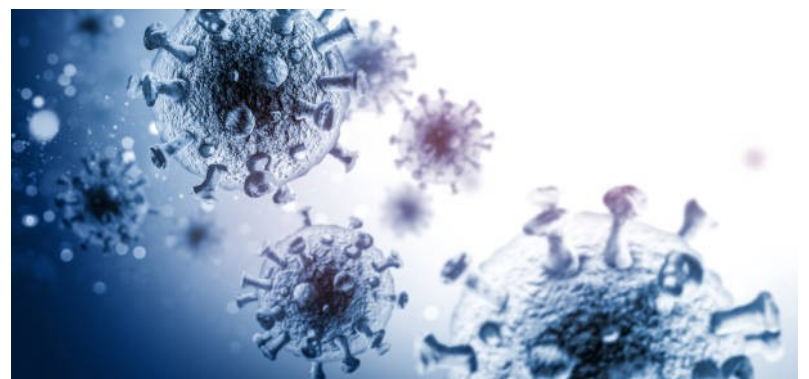
### • Les infections respiratoires aiguës de l'automne et de l'hiver •

► Les températures baissent. **L'automne s'installe**. Cette fraîcheur saisonnière tant attendue après un été long et chaud, nous renvoie dans nos maisons et dans tous ces lieux de rencontres et de partages clos ou mal ventilés. Nous rechignons à nouveau à ouvrir les fenêtres. **Et cette relative promiscuité nous expose un peu plus aux virus transmissibles.**

Les nez coulent, nous nous plaignons de courbatures, d'un peu de fièvre, de maux de tête, de toux irritante voire de troubles digestifs. Pour la plupart d'entre nous, ces manifestations cliniques mineures sont sans gravité et ne nécessitent que peu de recours au soins. Les traitements proposés sont simples. **Cependant certains virus**, de par leurs caractéristiques propres ou parce qu'ils infectent des populations particulièrement sensibles **peuvent être à l'origine de complications et engendrer des tensions importantes sur l'offre de soin.**

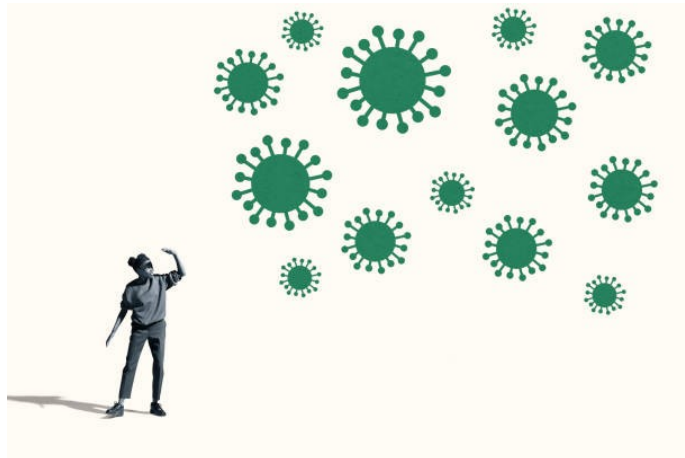
**Différents vecteurs peuvent faciliter la transmission de ces virus saisonniers.**

Lors de la toux ou d'un éternuement, les gouttelettes de salives ou de mucus transmises par le sujet malade peuvent **infecter directement les personnes de son entourage immédiat**. Le contact direct des mains d'une personne infectée à une autre personne (*par exemple en se serrant la main*) ou par le contact d'objets contaminés par une personne malade peut également **favoriser la transmission des virus.**



La connaissance de ces modes de transmission permet d'**adapter nos mesures de prévention collective**. Les **gestes barrières**, gestes de bon sens bien connus de nos anciens et redécouverts à l'occasion de l'épidémie de Covid-19 **sont des moyens simples et efficaces de commencer la lutte** contre beaucoup des infections virales saisonnières. **Porter un masque chirurgical** quand il est obligatoire ou recommandé, aérer les pièces de vie 10 minutes chaque heure, **se laver régulièrement les mains** ou utiliser une **solution hydro-alcoolique**, saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades, tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir, se moucher

dans un mouchoir à usage unique puis le jeter et consulter et/ou se tester à chaque fois que cela est nécessaire pour pouvoir s'isoler...



Tous ces gestes concourent à **limiter l'ensemble de ces infections aiguës** et sont des freins importants à la diffusion et à la transmission de beaucoup de virus.

Les virus des infections respiratoires de l'automne et de l'hiver sont nombreux. Nous ne les connaissons pas tous. Pourtant, certains ont été plus remarquables et étudiés car potentiellement à risque de provoquer des infections plus graves chez certains d'entre nous. **Les virus de la grippe et les variants de la Covid-19 nous mobilisent particulièrement.**

► **Grippe** : la grippe est une **maladie infectieuse saisonnière contagieuse** causée par différents virus d'une même famille (orthomyxoviridés.) Chaque année, elle sévit sous nos latitudes sur un mode épidémique. Les manifestations cliniques sont variées donnant des signes souvent peu spécifiques (fièvre, fatigue, maux de tête, toux...) qui surviennent brutalement et disparaissent en quelques jours. Les complications les plus redoutées, telles que les infections respiratoires peuvent conduire jusqu'au décès. A ce titre, la **grippe est à considérer comme un problème majeur de santé publique**, responsable de milliers de cas en France et dans le monde.

► **Covid-19** : le SARS-CoV-2, virus de la Covid-19, est un virus qui mute ou varie régulièrement afin de s'adapter à son environnement. Depuis 2 ans, nous avons subi **différents variants de ce même virus** qui ont provoqué chez beaucoup d'entre nous, des symptômes pouvant rappeler ceux de la grippe. Tout comme la grippe, ces manifestations cliniques sont, dans la majorité des cas, banales ou peu marquées. Pourtant, certaines personnes vont présenter des signes de gravité, rendant la maladie particulièrement à risque pour ces populations vulnérables. Une énième vague qui se profile actuellement, **doit nous inciter à la vigilance et à réactiver nos actions de prévention individuelle et collective.**

## Ils racontent

L'équipe de #Santé Ensemble s'est rendu dans les rues de St Denis pour demander aux gens ce qu'ils pensaient des virus de l'hiver :

► **Amina, 40 ans mère au foyer :**

« Je pense à la Grippe quand on me parle des virus de l'hiver.

Pour moi, ce virus n'est pas très grave.

Lorsque je vais voir des personnes à risque, je fais attention, je mets une certaine distance.

Le vaccin est bien pour les personnes âgées, mais pas pour moi.

Tous les ans, mes parents font le rappel. »

► **Sandrine, 32 ans, aide à domicile pour les personnes âgées :**

« Les virus de l'hiver me font penser à la grippe, ou encore les angines, les coups de froid.

Il faut faire attention. Moi je mets des masques depuis des années et je n'ai pas attendu le coronavirus pour le faire.

Ma grand-mère est décédée de la grippe. Je travaille pour les personnes âgées donc je suis vaccinée pour la grippe ».

► **Mohamed, 26 ans, étudiant :**

« Il y a la grippe et le Covid aussi. Les gens portent des masques pour se protéger.

Je ne prends pas ça à la légère, il faut se protéger. Depuis le Covid-19 j'ai pris certaines habitudes, quand je rentre à la maison, je me lave les mains, avant de manger, je me lave les mains et j'utilise parfois du gel hydro alcoolique.

La grippe peut être dangereuse, même pour moi.

Par contre je n'aime pas les vaccins, je préfère les remèdes de grand-mère. Tisanes, miel, faire du sport.

Je n'ai pas forcément confiance. »

**Dr Pascale Gilbert, médecin de santé publique à la délégation de Seine-et-Marne**

► « A l'approche de chaque hiver, les professionnels de santé et les agents qui travaillent au contact des personnes fragiles se mobilisent face aux virus de l'hiver.

La campagne automnale de la grippe évolue chaque année, elle a duré 9 semaines l'année dernière.

Les professionnels de santé publiques sont frappés de voir que la couverture vaccinale pour la grippe reste très basse chaque année et même parmi les personnes au contact de la population vulnérable ; plus précisément les personnes âgées.

Il est donc nécessaire de rappeler que chez les personnes fragiles, l'immunité des vaccins est moins forte et donc le fait que les personnes à leur contact se vaccinent les protègent in fine.

La vaccination des personnes âgées est moins efficace, par exemple pour le tétanos, la fréquence de la vaccination est de 10 ans alors qu'elle est de 20 ans chez la population générale.

On assiste aujourd'hui à une défiance envers la vaccination, défiance également présente chez les personnes travaillant en contact avec la population vulnérable.

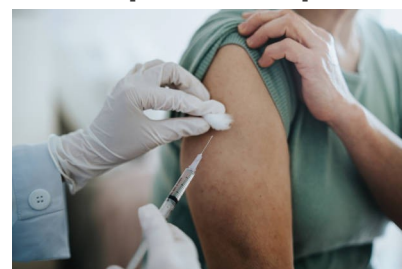
Le fait d'être rétif à la vaccination pose problème lorsque l'on est en contact avec des personnes fragiles, pour rappel, il y a entre 10 000 et 15 000 décès par an pour la grippe. Ce qui représente plus que les accidents de la route.

La vaccination permet donc se protéger, de protéger ses proches et de protéger le système de santé.» ■

## Le vaccin : levier d'action pour réduire la circulation Covid-19 et Grippe

► Pour prévenir ces **2 infections virales potentiellement dangereuses**, une protection spécifique et efficace a été mise en place : **la vaccination**.

Les recommandations de rappel vaccinal contre la Covid-19 et de vaccination contre la grippe saisonnière visent un **même public de personnes à risque** de faire une forme grave de l'une ou l'autre de ces maladies (*sans critère*



*d'âge : personnes immunodéprimée, personnes en affection de longue durée, femmes enceintes...).*

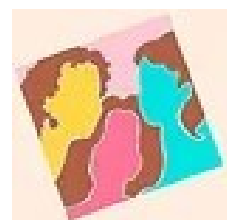
La **stratégie du cocooning** vise aussi toutes les personnes en contact avec la population fragile pour qu'elles puissent **effectuer leur rappel vaccinal Covid-19**.

Les chiffres de la vaccination sont encourageants mais pas encore suffisants.

Ensemble, cette année, nous devons **trouver les leviers qui nous permettront d'améliorer les taux de couverture vaccinale** pour les populations éligibles et limiter ainsi les conséquences parfois dramatiques de ces infections souvent jugées, à tort, comme non graves. ■

## DU CÔTÉ DES TERRITOIRES

### Les femmes relais d'Antony (Hauts-de-Seine)



L'Association des **Femmes Relais d'Antony** a été créée en 1995 à l'initiative de femmes issues du Noyer Doré (*quartier des Baconnets à la frontière avec Massy*).

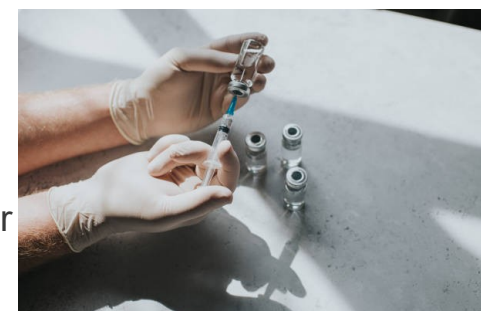
L'objectif de l'association est de **créer et de promouvoir un réseau de « femmes-relais » ou de médiatrices, afin de favoriser l'intégration de publics multiculturels** en les aidant à trouver leur place dans les dispositifs publics et privés de notre pays.

► ► ► [Lire la suite de l'article sur le site](#)

## ZOOM SUR

### Les nouveaux vaccins bivalents contre la Covid ?

► A l'image des vaccins contre la grippe saisonnière, actualisés chaque année pour prendre en compte les virus qui sont les plus susceptibles de circuler pendant l'hiver, les **vaccins à ARNm bivalents** ne sont pas des nouveaux vaccins mais des **vaccins adaptés aux souches circulantes**. Il s'agit d'une variation du vaccin visant à développer des anticorps les plus adaptés aux variants circulants.



Pour le rappel de la vaccination contre la Covid-19, plusieurs vaccins seront disponibles cet hiver en officine :

- Le **vaccin Moderna bivalent** (*Spikevax Original/Omicron BA.1*)
- Le **vaccin Pfizer-BioNTech bivalent** (*Comirnaty Original/Omicron BA.4/5*)

Retrouvez la page de la HAS (Haute Autorité de Santé) qui intègre les vaccins bivalents dans la stratégie de vaccination : [https://www.has-sante.fr/jcms/p\\_3368002/fr/covid-19-la-has-integre-les-vaccins-bivalents-dans-la-strategie-de-vaccination-pour-l-automne](https://www.has-sante.fr/jcms/p_3368002/fr/covid-19-la-has-integre-les-vaccins-bivalents-dans-la-strategie-de-vaccination-pour-l-automne)

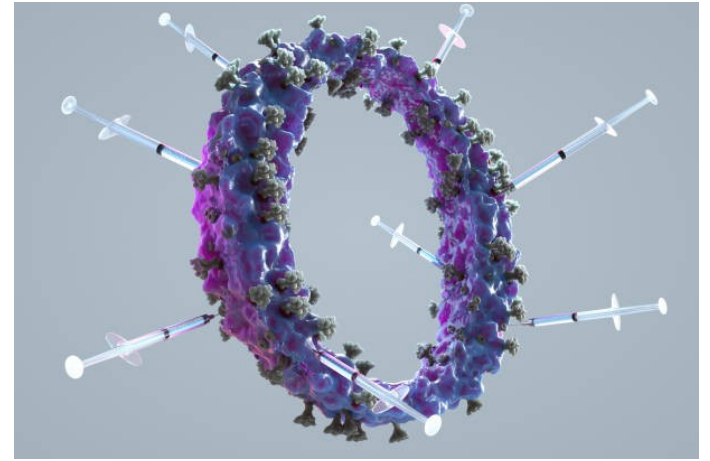


## La co-vaccination Grippe / Covid-19 :

► Il est attendu que le virus de **la grippe ainsi que le SARS-CoV2 circulent ensemble** lors de la prochaine saison hivernale. Ainsi, les personnes âgées, fragiles ou immunodéprimées seront exposées à cette **double circulation virale** pouvant conduire à une co-infection grippe-Covid-19, potentiellement sévère.

Pour limiter le nombre de consultation de prévention, **il est possible de se faire vacciner contre le Covid et contre la grippe saisonnière** le même jour à condition que les 2 injections soient pratiquées dans 2 sites d'injection distincts (*chacun des 2 bras par exemple*).

Si les deux vaccins ne sont pas administrés au même moment, il n'y a **pas de délai à respecter entre les deux vaccinations**. L'important est que les populations éligibles, vulnérables vis-à-vis des deux maladies, reçoivent bien les deux vaccinations.



L'expérience acquise de longue date en matière de vaccination montre en effet que **l'administration commune de plusieurs vaccins n'est pas dangereuse pour le système immunitaire** et ne compromet pas leur efficacité.

Pour vous faire vacciner, n'hésitez pas à en parler auprès du professionnel de santé de votre choix (*médecin, pharmacien...*).■

## AGENDA

► **18 octobre 2022**

La campagne 2022-2023 de vaccination contre la grippe saisonnière débutera le 18 octobre 2022 en France métropolitaine.



## VOTRE BOÎTE À OUTILS

- Retrouvez [le site de Santé Publique France sur la grippe !](#)
- Ici [le site de Vaccination Info-Service !](#)
- [La campagne grippe par le gouvernement !](#)
- Retrouvez [tous les numéros de #Santé Ensemble ici !](#)