

INFLUENZA A (H1N1)

INFORMATION IMPORTANTE EN DATE DU 25 OCTOBRE 2009

En tant que médecin de famille et professionnel spécialisé pour tout ce qui touche votre santé, j'ai étudié la situation actuelle, assisté le 23 octobre 2009 à une demi-journée de formation médicale continue sur le sujet et analysé de façon scientifique la sécurité du vaccin choisi par le gouvernement du Québec. En voici donc le résumé et recommandations.

Résumé

Le virus de l'influenza (grippe) existe depuis au moins 100 ans sur toute la planète. Ce virus a la capacité de modifier son apparence pour se reproduire et se propager. À tous les 10 à 40 ans, il effectue une mutation et un changement majeur. C'est ce qu'on appelle une souche pandémique. Il y en a eu en 1917-18 (grippe espagnole : 40 millions de décès) 1957-58 (grippe asiatique : 4 millions de décès) et 1968 (grippe Hong-Kong : 1 million de décès) et il y en a une en 2009. Le virus A (H1N1) 2009 est identique à celui de 1957-58. C'est pourquoi les personnes nées avant cette date sont moins à risque car probablement déjà protégées par leur immunité acquise à cette époque. Le virus est donc moins virulent (dangereux) que celui de 1917-18 mais il est très contagieux (facilement transmissible). Il est **transmissible 24 heures avant le début des premiers symptômes et restera transmissible pour 7 jours**. Il touchera donc une population jeune (15 à 45 ans). Si vous êtes atteint de l'influenza A (H1N1), vous avez 95% de chances de guérir par les mesures simples à la maison. Vous avez également 5% de chances de devoir être hospitalisé. Si vous êtes hospitalisé, vous avez 1% de chance de devoir être admis aux soins intensifs sous respirateur avec risque élevé de décès. Tout cela, même si au départ vous êtes en excellente santé. Ce ne sont donc pas seulement les personnes avec maladies chroniques (asthme, mpoc, obésité imc \geq 40% ...) qui seront hospitalisées. Nous avons des outils efficaces pour vous traiter mais pas à 100%. Nous avons des antibiotiques (pour des surinfections bactériennes) des respirateurs et des antiviraux (efficaces si administrés dès les 24h à 48h du début de la maladie). **LE MOYEN LE PLUS EFFICACE DE PRÉVENIR LA MALADIE EST DE VOUS FAIRE VACCINER.**

Le vaccin est-il sécuritaire? **OUI**

J'ai personnellement fait toutes les vérifications nécessaires. C'est un vaccin fabriqué de la façon habituelle et sécuritaire à quelques différences près :

- 1- Durée de fabrication 4 mois car il contient seulement une protection contre la souche A (H1N1). (Habituellement, 3 souches et 6 mois de préparation).
- 2- Il contient un adjuvant AS03. L'adjuvant sert à stimuler la réponse immunitaire avec une plus faible quantité d'antigènes. L'avantage est qu'il offre la possibilité d'une meilleure réponse immunitaire. L'adjuvant est de la vitamine E qui est de l'huile et de l'eau qui permet aux antigènes viraux de se coller sur de grosses gouttes d'huile. L'antigène devient donc plus facilement reconnaissable par votre organisme qui va par conséquent développer beaucoup plus facilement et de façon plus abondante des anticorps de protection contre le virus A (H1N1). Le deuxième avantage est que votre protection va

probablement durer plus longtemps et offrira également une protection contre des variantes potentielles mineures du virus. C'est ce que nous appelons une immunité croisée. Il permet également au fabricant de nous fournir plus de vaccins et plus rapidement.

- 3- Le vaccin contient également un agent de conservation appelé le Thimérosal. Le même que le vaccin d'influenza des dernières années. C'est un dérivé du mercure (Ethylmercure) qui lorsque injecté, est rapidement éliminé de votre corps. Aucune toxicité n'est possible. Il ne faut pas confondre avec le Méthylmercure qui lui est toxique.
- 4- L'antigène du vaccin est le virus A (H1N1) tué et fragmenté : Quand un virus est mort et découpé, il ne peut pas se reproduire. 0% de chance d'attraper l'influenza avec le vaccin.
- 5- Le squalène est une huile provenant du foie de requin. Ce n'est pas un adjuvant mais il contribue par son émulsion à renforcer la réponse immunitaire. Le vaccin québécois de GSK en contient. Toute la controverse contenant le squalène vient du fait que dans la guerre du golfe, les soldats ont reçu un vaccin contre l'anthrax (charbon). À leur retour, on cherchait à comprendre la cause du syndrome du golfe dont certains soldats étaient atteints et on a émis la possibilité qu'il soit lié au vaccin. Après vérification, le vaccin reçu par les soldats ne contenait pas de squalène. Depuis 1997, 22 millions de vaccins avec squalène ont été administrés et seule une réaction locale (rougeur) est possible. C'est donc sécuritaire.
- 6- Le vaccin est fabriqué par GSK (Glaxo SmithKline). Les souches virales sont cultivées sur des œufs de poulets. Donc, aucune possibilité d'attraper le VIH comme le vaccin de Baxter qui a cultivé ses souches virales sur des singes verts.
- 7- En 1976, il y a eu éclosion d'influenza dans un groupe de recrue de l'armée américaine Fort Dix. Le virus A (H1N1) ne s'est pas propagé mais le gouvernement américain a craint le pire et a décidé de vacciner 40 millions d'américains avec un vaccin vivant atténué et bien sûr non fragmenté. C'était la technique de l'époque. Résultat 532 cas du syndrome de Guillain-Barré (paralysie) et 32 décès. Donc, risque de 1/100,000 d'attraper cette maladie suite à la vaccination. Depuis ce temps, les vaccins sont faits de virus tués et fragmentés et aucun cas de syndrome de Guillain-Barré n'est survenu. Cependant, le virus A (H1N1) de même que d'autres infections virales a la possibilité de donner cette complication. Par conséquent, si vous attraper l'influenza A (H1N1), vous avez 1 chance sur 100,000 de développer un Guillain-Barré. Avec le vaccin, on estime votre risque à nul ou 1 chance sur 1 million.

Recommandations

- 1- Faites-vous vacciner selon les recommandations de la santé publique.
- 2- Lavez-vous les mains fréquemment.
- 3- L'influenza A (H1N1) se reconnaît facilement.
 - Début abrupte et soudain.
 - Température (entre 38° et 40°).
 - Symptômes d'allure grippale (toux sèche, mal de gorge, obstruction nasale...).
 - Douleurs musculaires généralisées.
- 4- Si vous êtes atteint de l'influenza A (H1N1) et que vous n'êtes pas à risque, vous devez :
 - a) Rester à la maison pour 7 jours (aucune sortie publique, épicerie ou travail).
 - b) Vous reposer, vous hydrater et soulager vos symptômes (boire de l'eau, prendre de l'acétaminophène (Tylénol)).
 - c) Consulter dans les centres désignés par le gouvernement (sites à venir et qui seront publiés) si votre situation se détériore.
 - d) Porter un masque en présence d'autres personnes et le changer lorsque mouillé.
 - e) Consulter le guide auto-soins remis par le gouvernement ou via internet à www.pandemiequebec.gouv.qc.ca
- 5- Si vous êtes atteint d'influenza A (H1N1) et que vous êtes à risque :
 - Femme enceinte (surtout 2^e et 3^e trimestre)
 - Enfant de moins de 23 mois.
 - Maladie chronique.
 - Hébergement/CHSLD
 - 65 ans et plus
 - Obésité morbide (imc \geq 40%)

Vous devez prendre un traitement antiviral (Tamiflu) le plus tôt possible (24h à 48h après le début des symptômes) et consulter dans un centre désigné (site à venir).
- 6- Exception : Femme enceinte

Pour mes patientes, je vous remettrai à votre visite une prescription de Tamiflu afin de faciliter votre traitement. Demandez à votre conjoint d'aller à la pharmacie pour remplir la prescription ou si vous n'avez pas de prescription, présentez-vous à la pharmacie de la Polyclinique Concorde où une ordonnance verbale a été donnée pour toute patiente enceinte du Dr François Lacombe présentant des symptômes à début soudain d'allure grippale, avec température et myalgie, de remettre une prescription pour un traitement au Tamiflu. Le médicament vous sera remis gratuitement.
- 7- La vaccination et le traitement antiviral seront offerts à toute personne de 6 mois et +. Pour les nouveaux-nés jusqu'à 6 mois, la meilleure protection est l'allaitement maternel d'une mère vaccinée.
- 8- **Faites-vous vacciner rapidement** (celui avec adjuvant est supérieur et sécuritaire pour tous y compris les femmes enceintes à n'importe quel stade de la grossesse). Le vaccin prend deux semaines pour être efficace. Pour ma part, je me ferai vacciner jeudi le 29 octobre 2009.

En terminant, je vous remercie de votre confiance en cette situation exceptionnelle et soyez assuré(e) de toute ma disponibilité humaine et médicale de même qu'au maintien continu de mes connaissances médicales et scientifiques dans un milieu en pleine évolution.

Dr François Lacombe