

La gestion des épidémies - 2/2

L'ARS rappelle les mesures à prendre pour limiter la transmission des virus et les recommandations pour consulter rapidement un médecin.

Chaque année en hiver, des épidémies de maladies infectieuses dues à des virus, qu'elles soient respiratoires (grippe, bronchiolite) ou digestives (gastro-entérite) apparaissent. Nous sommes tous concernés par ces maladies qui peuvent être très graves, voire mortelles chez les personnes les plus sensibles (enfants, femmes enceintes, personnes précaires, personnes âgées...).

Pour limiter la diffusion des virus, des mesures d'hygiène simples de prévention doivent être adoptées.

SE PROTÉGER ET PROTÉGER SON ENTOURAGE

Adopter les gestes barrière

Pour limiter la diffusion des germes et peut-être éviter de passer quelques jours au fond du lit avec de la fièvre, des gestes simples de prévention doivent être adoptés.

- **Se laver régulièrement les mains**

Surtout si l'on s'occupe d'enfants et de personnes âgées qui sont plus vulnérables. Ce geste est indispensable après s'être mouché, avoir toussé ou éternué, après avoir rendu visite à une personne malade, après chaque sortie à l'extérieur et bien-sûr avant de préparer les repas, de les servir ou de les prendre.

Pour un bon lavage des mains, on conseille d'utiliser un savon liquide (le pain de savon n'est pas aussi hygiénique car il reste humide) pendant 30 secondes. Une solution hydro alcoolique peut aussi être utilisée.

- **Utiliser un mouchoir en papier**

Se couvrir la bouche dès que l'on tousse ou que l'on éternue est un bon préalable qu'il faut également transmettre aux enfants. De même, l'utilisation d'un mouchoir en papier à jeter dans une poubelle fermée tout de suite après usage, puis le lavage des mains, sont recommandés.

- **Porter un masque**

Si l'on est malade, un masque chirurgical (à acheter en pharmacie) permet d'éviter la diffusion des microbes. En effet, en cas de toux ou d'éternuements, par exemple, des milliers de particules infectieuses contaminent l'air de toute une pièce non aérée pour plusieurs heures.

- **Aérer votre logement**

Enfin, pensez à aérer votre logement chaque jour pour renouveler l'air.

FAIRE APPEL À UN MÉDECIN EN PÉRIODE DE FORTE AFLUENCE

80% DES CONSULTATIONS

*dans les services d'urgence
pourraient être prises en charge
par la médecine de ville.*

ACTIVITÉ LIÉE AUX VIRUS
DE L'HIVER 2017-2018

GRIPPE

- **306 000** consultations
en médecine générale
- **9 500** passages aux urgences
- **400** cas graves admis
en réanimation

BRONCHIOLITE

- **540** consultations
en médecine générale
- **5 600** enfants de moins
de 2 ans ont été pris en charge
par les services d'urgence
- **1 960** enfants de moins
de 2 ans ont été hospitalisés

En période d'épidémie, ne vous rendez pas directement aux urgences

En période d'épidémies de grippe, de gastro-entérites notamment, les besoins en consultations de médecine générale augmentent fortement, que ce soit la journée, en soirée ou le week-end. Il n'est pas toujours facile d'obtenir un rendez-vous rapidement.

Mais cela ne devrait pas pour autant conduire les usagers à se rendre dans les services d'urgences qui restent des services hospitaliers chargés d'accueillir et de prendre en charge les malades et les blessés graves. Se rendre aux urgences pour une consultation de médecine générale peut avoir pour conséquence une saturation de ces services, une attente très longue pour les patients et surtout peut impacter la qualité de prise en charge des malades qui en ont le plus besoin.

Quelles sont les modalités pour obtenir un rendez-vous de médecine générale ?

1. En premier lieu, il est recommandé de contacter son **médecin traitant**.
2. En cas d'indisponibilité, pour accéder à un médecin de garde :
 - **Composer le numéro dédié** pour les départements suivants :
Allier > 04 70 48 57 87,
Cantal > n° de son médecin traitant qui dispose d'un renvoi automatique,
Haute-Loire > 04 71 04 33 33,
Rhône > 04 72 33 00 33.
 - **Composer le 15** pour tous les autres départements de la région.

Des régulateurs, assistés de médecins, **vous conseilleront et vous orienteront** en fonction de votre profil, de vos symptômes, de votre situation géographique mais également en fonction de l'affluence en temps réel des structures d'accueil (maisons médicales de garde et/ou services des urgences) afin que vous soyez pris en charge le plus rapidement possible.

3. En cas d'urgence vitale, et quel que soit le département, **composer le 15**. Le médecin régulateur vous orientera vers le service d'urgence le plus à même de vous prendre en charge (vous ou votre proche) ou décidera d'envoyer une équipe mobile d'urgence.

Pensons aussi à tous les professionnels de santé !

Les professionnels de santé travaillent dans un réel souci de qualité de prise en charge maximal, particulièrement pendant les congés scolaires et les périodes de forte affluence.

Les attentes parfois longues peuvent **générer de l'impatience** et conduire à des comportements agressifs à leur égard. Il est important d'avoir conscience que **cela peut nuire à la qualité de prise en charge, au bon fonctionnement des services et peut même conduire à des erreurs de prise en charge**.