

LA GRIPPE ARRIVE: CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

L'influenza, mieux connu sous le nom de grippe est une maladie contagieuse transmise habituellement par l'éternuement, la toux et le contact rapproché. Les symptômes de la grippe se manifestent souvent par des accès subits de fièvre, des douleurs dorsales, de la fatigue et des maux de tête. Les complications se manifestent pas de la déshydratation, des infections nasales ou encore une pneumonie bactérielle.



Protéger les personnes atteintes de la SLA du virus de la grippe

Les personnes atteintes de SLA ont souvent à faire face à toute une série de défis liés à une faiblesse de la déglutition et des muscles respiratoires, y compris des difficultés à gérer sa salive, la toux et à éliminer les sécrétions. Par conséquent, il est impératif de prendre des mesures afin d'éviter les infections respiratoires, et plus particulièrement la grippe.

Si vous passez du temps avec une personne atteinte de SLA, ou exposée à des complications sévères liées à la grippe, il est important d'envisager la vaccination afin d'éviter la transmissions du virus.

Une bonne hygiène joue également un rôle important pour éviter le virus de la grippe. Lavez vos mains régulièrement avec du savon et de l'eau chaude ou utilisez un désinfectant pour les mains lorsque le lavement est impossible. Evitez de

toucher votre visage, de vous frotter les yeux ou encore votre nez. Evitez la foule et postposez les visites aux amis et à la famille qui font face à un rhume ou à refroidissement afin de réduire le risque de grippe.

Actualisez votre vaccination

Les U.S. Centers for disease and Prevention (CDC) recommandent une vaccination annuelle parce que le virus de l'influenza mute avec le temps. Le vaccin contre la grippe est conçu pour protéger trois à quatre virus sensés causer la maladie durant l'année en cours. Il se peut que votre corps aie besoin de deux semaines pour produire les anticorps nécessaires pour combattre la grippe après avoir reçu le vaccin.

La majorité des plans d'assurances couvrent la vaccination contre la grippe. La vaccin est accessible à tout moment dans tous les centres de soin, les cliniques SLA, les départements de santé et les pharmacies. Pour les personnes désirant être vaccinées, le mois d'octobre est idéal avant que ne débute le pic de la saison de la grippe.

Evaluation des risques de la vaccination et récompenses.

Certaines personnes peuvent penser que la vaccination peut être dommageable pour leur santé. Chaque individu doit évaluer les avantages et les inconvénients et chacun décide ce qui est le mieux pour lui. Il est recommandé que les personnes vivant avec la SLA discutent leur condition et les options de santé avec leur neurologue SLA ou avec leur médecin généraliste.

Le vaccin est disponible sous deux formes: sous forme d'injection de virus inactivés ou sous forme de spray nasal composé de virus vivants mais affaiblis. Les effets collatéraux de l'injection incluent de légères douleurs au point d'injection, des maux de tête et de la fatigue. Le spray nasal peut incommoder de nombreuses personnes atteintes de SLA en raison de problèmes potentiels liés aux muscles affaiblis de la déglutition, des sécrétions épaisses et une congestion nasale. Pour les personnes atteintes de SLA, l'injection peut être moins stressante et plus sûre.