

Centre Universitaire de Santé Familiale et Communautaire (CUSFC)
Université Saint Joseph
Grippe A(H1N1)
Les mesures à prendre
par les étudiants, les enseignants et le personnel administratif et de service

Comment se protéger et protéger les autres du virus A(H1N1) ?

Les principaux modes de transmission du virus H1N1 étant :

- ⇒ la voie aérienne : toux, éternuement, sécrétions nasales....,
- ⇒ le contact rapproché avec une personne infectée,
- ⇒ le contact avec des objets contaminés,

Le Centre Universitaire de Santé Familiale et Communautaire propose

- trois types d'action : - **L'information**
- **Les mesures d'hygiène individuelle et collective**
 - **Les conduites à tenir en cas de maladie.**

L'information :

Une campagne d'information générale sera menée auprès des différents publics de l'USJ, mettant à contribution plusieurs moyens de communication : *brochures, affiches, tableaux d'affichage, communications sur le site de l'USJ, du CUSFC, conférences au CUSFC et dans les différents campus.*

Le contenu de la campagne d'information sera adapté au public concerné et portera essentiellement sur les symptômes, les moyens de transmission, les mesures d'hygiène et les mesures à prendre en cas de maladie.

Les mesures d'hygiène :

Les mesures d'hygiène jouent un rôle essentiel dans la prévention de toute grippe, notamment la grippe A(H1N1), car elles concourent à atténuer les sources de contamination.

Le respect de ces mesures est indispensable :

⇒ **Les mesures d'hygiène individuelle** : il s'agit des consignes d'hygiène s'adressant à la population en général (*le lavage des mains ; les gestes simples à faire quand une personne tousse ou éternue, à savoir : se couvrir la bouche et le nez, jeter les mouchoirs après usage et garder une distance minimale de protection sanitaire...*).

- Pour ce faire, il est impératif d'assurer les moyens d'hygiène nécessaires et en quantité suffisante sur tous les Campus (*eau, savon, essuie-main à usage unique et poubelles découvertes ou qui s'ouvrent par le pied dans les salles de cours, les bureaux, les couloirs...*).
- Pour les personnes ayant des contacts réguliers avec le public (*secrétaires, personnel de soins...*), les consignes d'hygiène destinées à la population en général devront être appliquées de manière renforcée en fonction de l'évaluation des risques (*garder une distance d'au moins un mètre avec les personnes, avoir un aseptisant à portée de main ...*).

⇒ **Les mesures d'hygiène collective** :

- Veiller au nettoyage quotidien (*de préférence, avec des solutions désinfectantes, eau de javel ou autres*) des espaces communs, des lieux d'enseignement ou de travail, des équipements (*parquet, salles de bain, poignées de portes, tables, bureaux, téléphones...*).
- Veiller au ramassage périodique des poubelles,
- Veiller à l'aération régulière des bureaux et des salles de cours.

La conduite à tenir en cas de maladie :

En cas d'apparition de symptômes tels que : fièvre, toux, maux de tête, douleurs musculaires et articulaires, maux de gorge et écoulements nasaux parfois accompagnés de vomissements ou de diarrhée, -en plus des mesures d'hygiène susmentionnées- il faudra contacter son médecin et suivre ses recommandations ; éviter les contacts rapprochés avec son entourage et garder une distance d'au moins un mètre ; limiter ses déplacements et porter un masque.

(*Précisions que le Centre Universitaire de Santé Familiale et Communautaire (CUSFC) accueillera toute personne qui se présentera au Centre, avec ou sans rendez vous, pendant les horaires d'ouverture soit de 8h00 à 17h00.*)

N.B : Le vaccin contre la grippe saisonnière ne protège pas contre le virus de la grippe A(H1N1). Toutefois, les médecins le recommandent, surtout pour les personnes à risque.