

***Commentaires sur la Grippe A.H1N1-2009***  
***Par Georges Chabert, Docteur en médecine et Biologiste***  
***(A la demande des Laboratoires "AmiFlor")***

**Quelques notions de base concernant la Grippe**

Trois types de grippe : A - B - C

**La grippe A** est la plus dangereuse pour l'humain. C'est elle qui est responsable des pandémies : une pandémie étant une épidémie exceptionnelle, touchant une très large part de la population, et géographiquement extensible. Une pandémie non maîtrisée peut-être dramatique ; nous en avons des exemples avec la peste noire d'Europe, qui a tué près de vingt-cinq millions de personnes vers l'an 1350 (Idem pour le continent Asiatique) ...et plus récemment, le VIH responsable de l'immunodéficience humaine (Sida)

**Le virus B** est de moindre dangerosité ; il est généralement associé au virus A dans le cas d'épidémie saisonnière, mais seul ce dernier peut générer une pandémie.

**Le virus C** n'occasionne que des cas sporadiques.

**Quelle est la traduction de "A.H1N1" ?**

A = nous venons de voir qu'il s'agit du "virus A", responsable de pandémie.

H = est une protéine antigénique appelée "Hémagglutinines" (Glycoprotéine fixée à la surface du virus) qui permet au virus de se fixer à un récepteur de la cellule pour la pénétrer, l'infecter et s'y reproduire. "H" peut prendre différentes valeurs suivant le concept et la souche : "H5, H7, H9" sont des "virus A" d'origine aviaire, "H1" un "virus A" d'origine porcine etc...

N = est aussi une protéine antigénique appelée "Neuraminidase", qui permet au virus de quitter la cellule afin d'en infecter d'autres. On en connaît 9 sous-types, mais seuls N1 et N2, d'origine aviaire (Poulets, canards...) sont pathogènes pour l'homme, et sont liés aux épidémies grippales (Influenza)

**On peut citer quelques exemples de grippe :**

Grippe Espagnole de 1918-19 : Virus H1N1

Grippe Asiatique de 1957 : Virus H2N2

Grippe de Hong-Kong de 1968 : Virus H3N2

**Mutations virales :**

Les virus ont la particularité de muter fréquemment :

-par "glissement" quand il s'agit d'épidémies saisonnières.

-par "cassure" (Seulement le virus A) Un virus échange du matériel génétique avec un virus d'une autre espèce (C'est un "réassortiment") pour créer un virus hybride ; on peut alors parler de "cassure" ou de "saut antigénique".

**Que doit-on retenir de ce qui se dit sur le virus A.H1N1 ?**

Tout se dit, et son contraire ! Il est impensable de cautionner nombre des articles, qui circulent dans la presse et sur Internet, dont le contenu est déroutant et dangereux. En effet, cela génère une "rumeur" de très grande amplitude qui, elle-même, construit un état de crainte, voire de panique, à l'échelle de l'ensemble de la population. Il faut y prendre garde et s'en méfier.

Quel remède à cela ? Nous pensons qu'il faut à priori, et jusqu'à la preuve irréfutable du contraire, faire confiance aux Autorités Sanitaires de notre pays : sources officielles émanant du Ministère de la Santé ; dont celle de l'Institut Louis Pasteur. Ce dernier, via son "unité génétique moléculaire des virus respiratoires", transmet ses informations au reste de la Communauté Scientifique, qui, elle-même, informera les Industriels de la Pharmacie pour l'élaboration du futur vaccin. Les trente-trois Instituts Pasteur répartis dans le monde permettent de surveiller, entre autres, la circulation des virus dans le monde, et de prendre toutes les dispositions nécessaires, s'il y a lieu ; cela devrait rassurer et non inquiéter !

Certains détracteurs tentent de jeter le trouble dans les esprits en élaborant des scénarii catastrophes du style : *les laboratoires pharmaceutiques, dont Baxter, conspirent et élaborent des plans diaboliques avec la tacite complicité de l'OMS, de l'Amérique du nord et de l'Europe, pour fabriquer un "vaccin tueur" (Pasteur doit se retourner dans sa tombe !) L'OMS fournit des agents pathogènes mortels au Labo Baxter (Autriche) afin qu'il les utilise pour contaminer le matériel vaccinal. En cas de pandémie, l'OMS ordonne aux 194 pays que la vaccination soit obligatoire ! Ainsi, la crise abominable, qui s'en suivrait, aurait pour conséquence un changement radical du Pouvoir Mondial, au sein duquel l'OMS aurait une place de choix ; sous la tutelle de ce dernier, des Comités de Crise seraient mis en place pour remplacer les Gouvernements Nationaux...etc...etc... Qui pourrait profiter de la réduction de la population mondiale et de l'effondrement de tous les pans économiques des pays précisément développés ?!*

Soyons sérieux ! La véritable catastrophe serait la survenue d'une pandémie grave, vis-à-vis de laquelle aucune disposition, ni parade, n'aurait été prise par les autorités sanitaires mondiales. Faire, ou ne rien faire, est de nos jours tout autant critiquable...pour de basses manipulations politiques, démagogiques et de récupération !

Le niveau maximal "six" a été décrété par l'OMS. Soixante-quinze pays sont touchés, mais ce chiffre n'importe guère dans la mesure où il ne traduit pas une sévérité particulière du virus...ce qui est le cas pour l'instant. Il faut souhaiter que la grippe saisonnière ne cohabite pas cet hiver avec la "grippe pandémique", ce qui risquerait de donner naissance à un virus mutant, beaucoup plus résistant.

### **La vaccination :**

Les vaccins antigrippaux contiennent généralement une forme affaiblie de virus circulant (Virions inactivés fragmentés ou des antigènes de surface des virus grippaux) C'est certainement le moyen le plus sûr d'éradiquer le fléau.

Il est déjà prévu de vacciner contre la grippe saisonnière toutes les personnes susceptibles d'être contaminées : personnes âgées et à risques.

Pour le vaccin spécifique A.H1N1, rien de précis car il dépendra de la situation dans les mois à venir ; à l'automne prochain, le virus aura-t-il déclenché ou non une forte épidémie. Il faut savoir que le virus de la grippe, comme bien d'autres, craint la chaleur et la dessiccation (Temps sec) C'est pour cela qu'il sévit surtout en automne et hiver.

La mise en place de la vaccination saisonnière nécessite six à sept mois ; pour A.H1N1, compte tenu du danger potentiel qu'il représente, le délai serait plus court (Trois à quatre mois...ou moins ?) Cependant, l'efficacité totale ou partielle du vaccin dépendra du pouvoir mutant du virus.

Les laboratoires "Chinois Sinovac" et "Suisse Novartis" annoncent, en date du 04.09.09, qu'ils ont mis au point un vaccin unidose contre A.H1N1, ne nécessitant donc pas de rappel, mais ne précisent pas de date pour la commercialisation.

Quant aux antiviraux actuels, on ne sait s'ils seraient efficaces ou non. De nombreuses équipes travaillent actuellement dans le monde, et pourraient commercialiser de nouveaux produits d'ici au moins deux ans. Le "Tamiflu", l'antiviral le plus approprié (Inhibiteur sélectif de la neuraminidase) bien que s'étant avéré inefficace pour un malade Danois, continue à être utilisé bénéfiquement pour d'autres malades (Adultes et enfants de plus de 1 an)

### **Mesures à prendre en cas d'épidémie sérieuse :**

Vous avez dû largement en entendre parler, mais résumons-les.

\*Les voyages aériens sont une source importante d'expansion de la maladie ; donc, éviter les pays à risque.

\*Éviter tout contact avec une personne présentant une toux et de la fièvre.

\*Se laver les mains à l'eau et au savon fréquemment et soigneusement.

\*Avoir une bonne hygiène de vie : s'habiller chaudement, éviter la fatigue et le surmenage, tout en conservant une activité physique raisonnable, dormir suffisamment, avoir une alimentation saine et variée (Fruits, légumes, céréales, viandes... Vitamine C, Chlorure de magnésium, thé vert ou noir etc...)

\*Port d'un masque si nécessaire : masque anti-projections (Type chirurgical) ou masque de protection respiratoire (Type FFP2) Différents produits antibactériens (Gel et solutions) sont proposés.

\*Les Huiles Essentielles (Voir chapitre suivant)

\*Consulter immédiatement un médecin en cas de fièvre et de toux.

***Il est bon de savoir :** que les symptômes de la grippe A.H1N1 se développent entre deux et sept jours après la contamination. La période dite contagieuse, du malade, commence entre un et deux jours avant la survenue des symptômes, puis perdure jusqu'à sept jours. Raison pour laquelle "l'isolation" est de sept jours, de même que la durée des arrêts de travail pour cette maladie (Hors complications, bien entendu)*

Pour les jeunes enfants : Les groupes de population vulnérables ne sont pas les mêmes pour chaque épidémie de grippe.

Il faut être particulièrement vigilant, car le risque de développer une grippe plus sévère est accru si l'enfant a moins de un an, et considéré comme : ancien grand prématuré, ou bien porteur d'une malformation cardiaque, d'une insuffisance respiratoire ou d'une immunodéficience...

Pour le masque de protection, voir les rubriques spéciales "enfants".

### **Huiles Essentielles et Virus :**

Il est incontestable que les HE ont de remarquables actions antibactériennes et antivirales. Il faut en être conscient et savoir les utiliser en période dite normale et, qui plus est, en période d'épidémies virales toutes confondues.

Tout au long de l'année, il est intéressant d'utiliser un diffuseur d'HE, dont on peut programmer le fonctionnement durant certains moments du jour et de la nuit. La diffusion neutralisera les odeurs déplaisantes et les remplacera par senteurs végétales généralement fort agréables et aux bienfaits les plus variés.

Très volatile, l'HE est capable de diffuser dans de grands volumes d'air ambiant, créant ainsi une vaste zone d'inhibition bactérienne et virale.

Les propriétés médicinales des HE varient suivant l'origine du produit végétal extrait, les indications proposées sont donc variées.

Dans le cas d'une épidémie grippale, il est intéressant et très important de diffuser une HE à vocation respiratoire (Eucalyptus, Ravintsara, Pin sylvestre, Bois de rose...) A défaut de diffusion mécanique, il est possible et recommandé de mettre un peu de baume approprié en application locale (Narines, cou, mains...) Grande efficacité en collectivité pour se protéger ou éviter de contaminer.

J'ai, pour ma part, une très ancienne expérience des HE et des divers modes de leur utilisation. J'en suis extrêmement satisfait et les recommande sans la moindre arrière-pensée, m'étonnant simplement qu'on n'en parle pas davantage. Mais leur essor est là, et bien là !

### **En conclusion :**

La grippe (Ou influenza) quelle qu'elle soit, est une maladie à part entière, qui ne doit pas être prise à la légère. Elle est infectieuse et contagieuse (De type A, B ou C) pouvant infecter les oiseaux, les mammifères, dont le porc et l'être humain. Banale et saisonnière, elle peut laisser des séquelles durables et tuer des personnes trop fragiles. Mutante et pandémique, elle peut s'avérer très sévère et beaucoup plus grave.

Se méfier de la désinformation malheureusement habituelle, et s'appliquer à suivre les consignes et recommandations émanant de sources sûres (Autorités sanitaires) sachant que cela devrait suffire à éviter le stress du scénario catastrophe !

J'ai essayé le plus honnêtement possible de vous faire comprendre qu'elles étaient les mesures préventives classiques à appliquer, en attendant la vaccination nécessaire à venir. Pour ma part, j'ai vacciné des milliers de personnes de toutes les tranches d'âge, ayant commencé en 1965, à l' Hôtel-Dieu de Lyon. Le bilan est extrêmement positif, pour ne pas dire parfait : aucun

Les " **Laboratoires AmiFlor** " sont connus et très appréciés pour la qualité exemplaire de leurs produits, assortis d'une écoute attentive, ainsi que de conseils et commentaires avisés.

Je remercie leur Direction de m'avoir ouvert leurs colonnes et permis d'apporter un éclairage objectif et personnel sur un sujet sensible de santé publique.

Dr Georges Chabert / Septembre 2009