

Communiqué de presse

Pour publication immédiate

Évitons de contaminer nos proches durant les Fêtes

Saint-Jérôme, le 21 décembre 2015 – Le temps des Fêtes est l'occasion de festoyer avec ceux qu'on aime. C'est aussi une période où il est facile d'attraper une maladie contagieuse telle que la gastroentérite ou une infection des voies respiratoires comme la grippe.

Si vous avez de la diarrhée accompagnée de nausées ou de vomissements, vous avez probablement une gastroentérite. Il est important que vous restiez à la maison pour vous soigner et éviter de transmettre la maladie à d'autres personnes, et ce, jusqu'à la disparition des symptômes.

Si vous avez le nez qui coule ou une légère toux, vous avez probablement un rhume. Toutefois, en présence de fièvre, d'une toux importante, de mal de gorge, de douleurs musculaires, d'une grande fatigue et de maux de tête, vous pourriez avoir une infection respiratoire plus grave, comme la grippe. Dans ce cas, évitez autant que possible les contacts directs avec votre entourage, particulièrement les personnes qui ont plus de risques de présenter des complications. Vous diminuez ainsi le risque de leur transmettre la maladie.

« La gastroentérite et la grippe peuvent causer des hospitalisations et même mener à des décès, surtout chez les personnes à risque de complications comme les jeunes enfants, les gens atteints de maladies chroniques, les femmes enceintes et les personnes âgées. Comme il est difficile d'éviter de transmettre ces infections aux autres, je recommande de rester autant que possible à la maison si vous présentez des symptômes de ces infections. Votre entourage vous remerciera de ne pas leur avoir donné une gastro ou une grippe en cadeau », affirme Dr Goyer, directeur de santé publique des Laurentides.

Quelques mesures de prévention

Afin de prévenir la transmission des maladies contagieuses, il ne faut pas oublier de se laver les mains souvent avec de l'eau et du savon. De plus, tousser dans le pli du coude, éviter les accolades et s'abstenir de se serrer la main aide à diminuer la transmission de ces infections.

Quand consulter

Vous avez des inquiétudes sur votre état de santé? Communiquez avec Info-Santé en composant le 8-1-1.

-30-

Source : Direction générale
Service des relations médias, relations publiques et à la communauté
450 432-2777, poste 22898