

## La grippe circule toujours activement en Occitanie



La grippe circule toujours activement en Occitanie

**En Occitanie comme partout en France, les virus respiratoires de l'hiver sont encore très actifs. La grippe circule de façon intense dans toute la région et l'épidémie impacte fortement notre système de santé. Pour protéger les plus fragiles, la vaccination est toujours d'actualité et les gestes barrières restent le bon réflexe à adopter pour tous.**

L'épidémie de grippe n'est pas terminée. Elle est encore intense actuellement en Occitanie (6ème semaine épidémique de grippe). Comme chaque année elle entraîne, des complications, des cas graves et des décès. Le taux d'hospitalisation lié à la grippe demeure très élevé, la semaine dernière 830 personnes sont passées aux urgences et 191 ont été hospitalisées (Source Santé publique France)

Dans les cabinets médicaux, le nombre de consultations pour grippe ou syndrome grippal continue de progresser. Le nombre de cas groupés signalés dans les établissements médico-sociaux sont eux aussi en nette progression ces dernières semaines. Selon Santé publique France, 6 % des décès dans notre région sont liés à la Grippe (Décès certifiés électroniquement)

### Notre système de soins reste sous tension

Face à cette situation qui se traduit toujours par une forte sollicitation de notre système de santé tous les établissements de la région ont été appelés à se mobiliser de façon solidaire par l'ARS. Grâce à l'activation de leurs plans de mobilisations internes, ils ont pu dégager des capacités d'accueil supplémentaires. A ce jour, des tensions perdurent dans les établissements de notre région, avec des disparités territoriales.

### Les bons réflexes en cas de symptômes

- Consultez en priorité votre médecin traitant. S'il n'est pas disponible, consultez la carte des lieux de soins sur Santé.fr
- En cas d'urgence : appelez le 15 avant de vous déplacer
- La nuit, le week-end, les jours fériés : en cas de problème de santé imprévu, appeler le 15.

Ce numéro est à composer pour l'urgence vitale, mais pas seulement. La nuit, le week-end, les jours fériés, la régulation médicale assurée en Occitanie permet une réponse médicale graduée et adaptée à l'état de santé du patient : conseils, orientation, consultation dans un lieu fixe de garde, visite à domicile, recours à l'aide médicale urgente...

### En Occitanie la couverture vaccinale reste insuffisante

Parmi les cas graves de patients hospitalisés la semaine dernière en réanimation pour des formes sévères de grippe les  $\frac{3}{4}$  n'étaient pas vaccinés. Dans notre région, la couverture vaccinale des personnes fragiles comme celle des professionnels reste très insuffisante. Ce n'est pas non plus un réflexe de prévention suffisamment adopté.

**Il est encore temps de se faire vacciner, la campagne de vaccination se poursuit jusqu'au 31 janvier.**

### La vaccination un réflexe prévention à renforcer

- Parmi toutes les personnes ayant reçu une invitation à se faire vacciner contre la grippe au mois d' Octobre 2024 en Occitanie seulement 34,4% avaient réalisé cette vaccination fin novembre (35,2% au niveau national). Source Santé publique France – Fin novembre 2024 (données provisoires)

La vaccination réduit le risque de complications graves ou de décès. Elle concerne les plus vulnérables mais est également fortement recommandée pour leur entourage ainsi que pour les professionnels des secteurs médical et social qui interagissent au quotidien avec des personnes fragiles. L'épidémie de grippe hivernale, dure habituellement dix à douze semaines, il n'est donc pas trop tard pour bénéficier de la protection vaccinale. Dans notre région, les pharmaciens sont mobilisés de manière solidaire pour permettre à chacun de pouvoir être vacciné près de son domicile. La vaccination peut être pratiquée par un médecin, une sagefemme, un pharmacien ou un infirmier jusqu'au 31 janvier.

Dans notre région de nombreux établissements hospitaliers et médico-sociaux ont déjà pris l'initiative de renforcer les gestes barrière pour protéger les personnes fragiles qu'ils prennent en charge. Ces réflexes sont essentiels face aux virus respiratoires de l'hiver qui sont très contagieux. Ils se transmettent de personnes à personnes par le biais des sécrétions lors d'éternuements mais aussi par le biais des surfaces contaminées. La combinaison des gestes barrières permet de limiter ce risque de transmission, de se protéger et de protéger les autres.

### **Trois réflexes simples pour tous**

- Porter un masque systématiquement en présence de symptômes (toux, fièvre, mal de gorge). C'est également un bon réflexe dans les transports en communs, les lieux très fréquentés et les lieux de soins, si l'on est à risque de développer une forme grave ou en présence de personnes vulnérables, que l'on ait des symptômes ou non.
- Se laver fréquemment les mains.
- Aérer régulièrement son logement.