



Rhume ou grippe ?

Le rhume est une infection virale bénigne des voies respiratoires supérieures, souvent causée par un rhinovirus.

Le syndrome d'allure grippale (SAG) est plus intense : il ressemble à la grippe et peut être causé par le virus influenza ou d'autres virus respiratoires.

Signes et symptômes fréquents :

Symptôme	Rhume	Grippe (SAG)	Symptôme	Rhume	Grippe (SAG)
Fièvre	Rare ou légère	Fréquente, souvent élevée (38 à 40 °C)	Douleurs musculaires	Rares	Fréquentes, parfois intenses
Toux	Fréquente, légère à modérée	Fréquente, début soudain	Congestion, écoulement nasal	Fréquent	Fréquents chez les jeunes enfants
Frissons	Rare	Fréquents	Mal de gorge	Fréquent	Fréquent
Fatigue	Légère	Intense, parfois prolongée	Nausées, vomissements	Rares	Fréquents chez les jeunes enfants

Durée :

- 1 à 2 semaines selon le virus.

Immunité :

- Elle varie selon le virus.
- Une réinfection est possible, surtout pour le rhume.
- Pas de vaccin contre le rhume, mais la vaccination contre la grippe est offerte chaque automne. Des critères doivent toutefois être respectés. Pour plus d'information :

<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/vaccination/piq-vaccins/inf-intranasal-vaccin-intranasal-contre-l-influenza/>

Contagiosité :

- Commence 24 h avant les symptômes et peut durer jusqu'à 10 jours.
- Maximale quand les symptômes sont les plus forts.

Traitement :

- Aucun traitement spécifique.
- Hydratation, hygiène nasale, et antipyrétiques (Ex: Acétaminophène) au besoin.

** Éviter les médicaments contre la toux chez les enfants de moins de 6 ans. Consulter le pharmacien pour plus d'information.

Prévention :

- Lavage des mains, hygiène respiratoire et nettoyage des surfaces

** Cette maladie infectieuse doit être communiquée à l'infirmière scolaire. Vous devez informer le secrétariat, qui nous transmettra l'information.



** Vous pouvez prendre un rdv via le site de ClicSanté