

GRIPPE A / H1N1

Le virus de la grippe A/H1N1 est toujours prévalent. Nous devons tous prendre les moyens pour prévenir la maladie. Certains gestes simples et de bonnes habitudes de vie permettent de mieux combattre le virus.

Nous avons appris récemment qu'un employé de Mabe du Magasin des pièces a contracté la maladie dans son milieu familial. Le virus fut attrapé à l'école par un enfant et un autre membre de sa famille est également atteint. Les autres employés du Magasin sont informés de la situation et des consignes importantes.

Lors d'une éclosion de grippe, il faut adopter de bonnes habitudes et pratiques de santé, notamment les suivantes :

- lavez-vous fréquemment les mains avec du savon ou un produit antiseptique (comme du Purel);
- bien manger et dormir suffisamment aide notre système immunitaire;
- si vous toussiez ou éternuez, toussiez/éternuez dans le creux de votre coude;

Les symptômes du virus sont similaires à ceux de la grippe:

- fièvre supérieure à 37,8 degrés Celsius (100 degrés Fahrenheit);
- toux;
- mal de gorge;
- douleurs musculaires;
- congestion respiratoire; et
- dans certains cas, vomissements et diarrhée.

Surveillez les symptômes et si vous en constatez l'apparition, consultez votre médecin et avisez votre supérieur immédiat.