



Refroidissement ou grippe – les différences en un clin d’œil

	Grippe/influenza	Refroidissement/infection grippale
Définition	Infection aiguë des voies respiratoires	Infection des voies respiratoires supérieures
Début	La grippe commence brusquement avec une fièvre élevée (>38°C), des frissons, des maux de tête, des douleurs musculaires et articulaires, de la toux, une sensation d’abattement, une perte d’appétit, parfois un rhume ou des troubles respiratoires. Les enfants peuvent aussi souffrir de diarrhée et de maux de ventre. Chez les personnes âgées, la grippe ne s’accompagne pas toujours de fièvre.	Un refroidissement se manifeste d’abord par un malaise général, une sensation d’abattement, puis s’ajoutent des symptômes tels que le rhume, les maux de gorge, la toux, les maux de tête et généralement une légère élévation de la température. Contrairement à la grippe, le refroidissement ne provoque pas de perte de l’appétit.
Agents pathogènes	Virus influenza de types A et B	Rhinovirus, adénovirus, virus para-influenza, virus RS (respiratoire syncytial)
Transmission	Gouttelettes (salive, éternuements, toux), par contact et surfaces contaminées (mains, poignées de porte, barres et poignées dans les transports publics)	Gouttelettes (salive, éternuements, toux), par contact et surfaces contaminées (mains, poignées de porte, barres et poignées dans les transports publics)
Complications	Chez les personnes en bonne santé, la grippe dure en général une semaine, sans grandes complications. Mais le temps de récupération peut durer plusieurs semaines. La grippe peut provoquer de graves complications chez les personnes des groupes à risque (personnes de 65 ans et plus, femmes enceintes, personnes immunodéprimées).	Une infection grippale guérit généralement sans occasionner de problème après une semaine.



	Il s'agit souvent d'infections bactériennes secondaires (par ex. pneumonie, myocardite). En une saison, la grippe occasionne entre 100 000 et 250 000 consultations médicales en Suisse et entre 1000 et 5000 hospitalisations. Elle provoque jusqu'à 1500 décès par an.	
Vaccination	Chaque année avant la saison de la grippe	Non