

## Le saviez-vous ?

### Sur les visites

Dans certaines maternités, elles sont limitées aux pères afin de limiter le risque de contagion du virus.

## Quels sont les aménagements spécifiques pour votre activité professionnelle ?

Parmi les dispositions réglementaires visant à assurer une protection renforcée de la femme enceinte vous pouvez retenir :

- La possibilité de changement temporaire de votre affectation et de modification de votre poste de travail ;
- L'aménagement de votre temps de travail ;
- L'existence d'autorisations d'absence rémunérées pour vous rendre aux examens médicaux obligatoires.

Le risque de contamination de la femme enceinte en contact avec du public doit être évalué par l'employeur ou le chef d'établissement. Ces derniers sollicitent le médecin du travail ou le médecin de prévention pour étudier les situations et proposer des mesures adaptées à la femme enceinte.

## Le saviez-vous ?

Pour vous permettre de rester à votre domicile où le risque viral est normalement faible, il vous est recommandé de partir au plus tôt en congé prénatal en ne reportant pas la partie modulable du congé prénatal à la période postnatale.

## Pour en savoir plus

Reportez-vous au guide "La femme enceinte et son bébé" sur les sites suivants :

- ▶ [www.pandemie-grippale.gouv.fr](http://www.pandemie-grippale.gouv.fr)
- ▶ [www.santé-sports.gouv.fr](http://www.santé-sports.gouv.fr)

Consulter les sites suivant pour obtenir des informations complémentaires :

- ▶ [www.santé-sports.gouv.fr](http://www.santé-sports.gouv.fr) (les fiches thématiques : je suis enceinte, je suis enceinte et je me pose des questions sur la vaccination, j'ai un enfant de moins de 6 mois)
- ▶ [www.travail-solidarite.gouv.fr](http://www.travail-solidarite.gouv.fr) (fiches pratiques: maternité, grossesse)



## Les essentiels

## La femme enceinte et son bébé



pandémie grippale

La grippe est une infection respiratoire aiguë, très contagieuse, due aux virus influenza A ou B. Elle peut être grave, aussi bien pour vous que votre bébé :

- Vous pouvez courir des risques spécifiques en période de grippe saisonnière ou de pandémie grippale. Une prise en charge adaptée peut être nécessaire ;
- Des modalités d'adaptation de vos conditions de travail sont possibles et des prestations sociales particulières vous sont ouvertes.

# Comment se transmet le virus ?

- ▶ Par voie aérienne, c'est-à-dire la dissémination dans l'air du virus par l'intermédiaire de la toux, de l'éternuement ou des postillons ;
- ▶ Par le contact rapproché avec une personne infectée (lorsqu'on l'embrasse ou qu'on lui serre la main) ;
- ▶ Par le contact avec des objets touchés et donc contaminés par une personne malade (exemple : une poignée de porte).

# Quels sont les symptômes ?

Les symptômes de la grippe A(H1N1) sont le plus souvent les mêmes que ceux de la grippe saisonnière avec notamment l'apparition brutale de fièvre supérieure à 38°C, courbatures, grande fatigue, toux.

# Quels risques pour vous et votre bébé ?

## La femme enceinte et les virus de la grippe

- Atteinte de la grippe, vous présentez le risque de développer des pathologies graves :
- ▶ Difficultés respiratoires induites par le développement du fœtus ;
  - ▶ Risque de surinfection lié à la diminution de vos défenses immunitaires.

## La femme enceinte et le virus la grippe A (H1N1)

Le virus A(H1N1) est plus contagieux que les autres virus grippaux. De plus, dans les cas sévères, il atteint les cellules profondes à l'intérieur des poumons. C'est pourquoi, vous êtes plus vulnérable.

## Le saviez-vous ?

**Si vous êtes enceinte, vous présentez un risque accru de développer des pathologies graves. Vous devez être plus vigilante dans le respect des mesures barrière ; Vous êtes prioritaire pour la vaccination A(H1N1).**

## Les risques pour le fœtus et le nourrisson

Le virus de la grippe ne franchit qu'exceptionnellement la barrière du placenta. La contamination éventuelle du nouveau-né sera la conséquence d'une transmission après la naissance du fait de l'entourage.

## Le saviez-vous ?

**Une fièvre élevée peut être dangereuse pour vous et le fœtus.**

# Comment vous protéger et protéger votre bébé ?

En adoptant des mesures d'hygiène :

## Respectez soigneusement les recommandations suivantes :

- ▶ Lavez-vous régulièrement les mains au savon ou désinfectez-les avec une solution hydro-alcoolique ;
- ▶ Évitez, pour vous et votre bébé les contacts avec une personne malade ;
- ▶ Restez également à distance de toute personne ayant des symptômes respiratoires comme la toux ;
- ▶ Aérez tous les jours les pièces où vous vivez.

## Si vous êtes malade :

- ▶ En cas de fièvre, consultez sans attendre car si c'est la grippe, votre médecin pourra vous donner un traitement adapté et si ce n'est pas la grippe, il faut savoir pourquoi vous avez de la fièvre ;

- ▶ Restez autant que possible à la maison ;
- ▶ Portez un masque anti-projections en présence d'autres personnes et surtout en présence de votre bébé ;
- ▶ Évitez, autant que possible, les contacts rapprochés avec lui ;
- ▶ Continuez à respecter les mesures d'hygiène générale.

## Si votre bébé présente des symptômes grippaux :

- ▶ Chez le très jeune enfant, les symptômes de la grippe peuvent être très différents de ceux que l'on rencontre chez l'adulte ;
- ▶ Si votre bébé a : une fièvre supérieure à 39°C associée ou non avec des difficultés respiratoires (ou de la toux), ou des signes digestifs (diarrhée, vomissements), consultez votre médecin traitant et en cas d'urgence appelez le 15 (SAMU).

## En choisissant de vous faire vacciner :

- ▶ Vous vous protégez et protégez votre enfant car avant l'âge de 6 mois, votre bébé est trop jeune pour se faire vacciner ;
- ▶ La vaccination est proposée à partir du 2<sup>e</sup> trimestre de la grossesse.

## Le saviez-vous ?

### Sur le vaccin

**Il en existe deux grandes familles, avec et sans adjuvant. La recommandation des experts d'utiliser des vaccins sans adjuvant pour la femme enceinte est une mesure de précaution car il n'existe pas suffisamment d'études ciblées sur les vaccins avec adjuvant pour la femme enceinte.**

## Le saviez-vous ?

### Sur l'allaitement

- **Si vous allaitez vous pouvez suivre un traitement antiviral ;**
- **Vous pouvez vous faire vacciner tout en allaitant ;**
- **L'allaitement continue d'être privilégié même si vous êtes grippée ;**
- **En cas de suspicion de grippe, vous pouvez porter un masque en donnant le biberon ou en allaitant.**