Continue

Épidémie grippe 2025

La grippe n'a pas encore atteint son pic, ce 16 janvier 2025, mais elle est déjà considérée comme sévère cette année. L'activité grippale s'est intensifiée dans les cabinets en ville dans l'Hexagone, précise le bulletin de Santé publique France. L'activité dans les hôpitaux est considérée comme "très élevée" et, ce, dans une période calme sur d'autres fronts épidémiques comme la bronchiolite et le covid 19. Enfants En ville, ce sont les enfants qui sont le plus touchés et l'ont sait, qu'à leur tour, ils constituent un réservoir de propagation virale. Hospitalisations En ce qui concerne les hospitalisations pour grippe ou syndrome grippal, elles représentent une part très élevée dans l'ensemble des hospitalisations, pour toutes les classes d'âge. Bronchiolite En France hexagonale, déjà sept régions sont passées en situation de post-épidémie. Les indicateurs sont pour la plupart en baisse. Covid 19 Le covid 19 ne pose pas de difficulté actuellement sur le plan épidémique. Cela ne signifie pas que des personnes ne peuvent pas être contaminées, certaines étant victimes de co-infection grippe/covid 19, ce que doivent éviter les personnes fragiles. Grippe : taux de mortalité élevés début 2025 Les autorités sanitaires signalent une augmentation des décès "nette" en lien avec la grippe saisonnière. Les indicateurs ne cessent d'augmenter depuis que la grippe s'est installée en France début 2025. Le nombre de décès au cours de la deuxième semaine de 2025 a atteint 8368. Sur ce total, 7.3% concernent la grippe ! Le pourcentage était de 5.9% la semaine précédente. Il était de 4% au cours de la dernière semaine de 2024. Ce niveau de mortalité n'avait jamais été atteint pour la grippe "depuis la mise en place de cette surveillance", précise Santé publique France. Cela représente 611 décès pour cette seule deuxième semaine. Les régions les plus touchées sont : Bourgogne-Franche-Comté (12,4% de décès liés à la grippe), Grand-Est (9,4%), Provence-Alpes-Côte-d'Azur (9,2%), Hauts-de-France et Auvergne-Rhône-Alpes (7,9%). Ces décès concernent en majorité des personnes âgées de plus de 65 ans, mais également 39 personnes de 15 à 64 ans et 2 enfants. >>> Grippe, morts et vaccination prolongée fin janvier 2025 Pourquoi cette épidémie de grippe 2025 est-elle aussi forte ? Il est trop tôt pour faire un bilan de la saison épidémique de grippe saisonnière 2024-2025, mais il y a déjà des indications sur le front de la prévention. La couverture vaccinale est moins élevée cette année que pour la saison 2023-2024. Le taux est de 35,2% au 30 novembre 2024 contre 38%. Chez les personnes âgées de plus de 65 ans, elle est de 41% contre 42.8% l'année dernière. On sait, par ailleurs, que les épidémies de grippe saisonnières peuvent se révéler mortelles. Elles touchent, chaque année, entre 2 et 6 millions de Français, rappelle l'Institut Pasteur. Selon les années, le nombre de cas de grippe peuvent entraîner un excès de mortalité d'environ 10000 décès par an ! Quel virus en ce moment ? En outre, plusieurs virus grippaux co-existent actuellement : grippe A (H1N1), grippe B (Victoria) et grippe A (H3N2). Les deux premiers ont tendance à viser en particulier les plus jeunes qui tombent malades et s'en remettent généralement, mais peuvent à leur tour transmettre autour d'eux. Que prendre en cas de grippe ? Symptômes et traitements Le meilleur traitement contre la grippe est le repos et une bonne hydratation. S'agissant d'un virus, il n'est pas nécessaire d'utiliser des antibiotiques, sauf en cas de surinfection. Pour lutter contre la fièvre on peut prendre des antipyrétiques. Les symptômes sont généralement les suivants : fatigue, fièvre, toux sèche, douleurs musculaires... Complications grippe En cas de complications, il ne faut pas hésiter à joindre son médecin traitant. En cas de besoin, des antibiotiques et des antiviraux peuvent être utilisés pour soulager les patients et patientes. Comment se faire vacciner contre la grippe ? Vaccination 2024-2025 Il n'est jamais trop tard pour se faire vacciner contre la grippe, sachant que le vaccin n'est efficace qu'au bout d'une quinzaine de jours. Il est possible de solliciter son médecin traitant, souvent un ou une généraliste, ou de s'adresser à son ou sa pharmacienne. Gestes barrière Les gestes barrière sont essentiels dans la lutte contre la propagation des virus hivernaux et la transmission de la grippe. Ils permettent de se protéger soi-même, en complément de la vaccination, ou en dehors de la vaccination, et de protéger les autres, notamment les plus fragiles, comme les personnes malades, les personnes âgées ou les nourrissons. Ils comprennent : le lavage des mains; le port du masque; se moucher ou tousser dans son coude; utiliser des mouchoirs à usage unique; aérer les pièces... >>> A lire aussi : grippe aviaireGrippe 2024 : l'épidémie toujours à des niveaux élevés L'hiver 2024-2025 est marqué par une intensification exceptionnelle de l'épidémie de grippe en France, touchant particulièrement les plus jeunes. Selon les dernières données de Santé publique France, l'activité grippale atteint des niveaux préoccupants, notamment chez les enfants. "L'activité exceptionnellement élevée chez les enfants marque cette phase de l'épidémie", souligne l'agence de santé publique. Les chiffres sont éloquents : environ 10% des admissions hospitalières des enfants de plus de quatre ans sont liées à la grippe, un taux jamais observé ces dernières années. Cette situation soulève de nombreuses questions sur les raisons de cette vulnérabilité accrue des plus jeunes. Un cocktail viral inhabituel La saison grippale 2024-2025 se distingue par la co-circulation de trois virus grippaux : Deux virus de type A : A(H1N1)pdm09 et A(H3N2) Un virus de type B : B/Victoria Cette combinaison inhabituelle pourrait expliquer l'intensité de l'épidémie. Les enfants semblent particulièrement sensibles à ces souches, notamment au virus de type B. Facteurs de vulnérabilité chez les enfants Plusieurs éléments contribuent à la forte incidence de la grippe chez les enfants cette année : Co-circulation des trois souches : La présence simultanée des trois types de virus augmente les risques d'infection. Transmission facilitée : Les enfants propagent plus facilement le virus par leurs sécrétions respiratoires. Sensibilité au type B : Les plus jeunes sont particulièrement réceptifs au virus de type B cette saison. Immunité réduite : Les enfants non vaccinés peuvent avoir une immunité plus faible face à ces souches spécifiques. L'impact de l'environnement et des comportements Au-delà des caractéristiques virales, plusieurs facteurs environnementaux et comportementaux favorisent la propagation de la grippe chez les enfants en 2025. La vie en collectivité, un terrain propice La rentrée scolaire coïncide souvent avec une recrudescence des maladies infectieuses. Les écoles, crèches et centres de loisirs sont des lieux où les virus se propagent aisément. La promiscuité dans les salles de classe, les cantines et les cours de récréation facilite la transmission du virus par les gouttelettes respiratoires. Le confinement hivernal L'hiver pousse les enfants à passer plus de temps à l'intérieur, dans des espaces souvent mal ventilés. Ces conditions favorisent la concentration de particules virales dans l'air et augmentent les risques de contamination. Le relâchement des gestes barrières Après plusieurs années de vigilance liée à la COVID-19, on observe un certain relâchement dans les pratiques d'hygiène. Les enfants, en particulier, ont parfois du mal à maintenir les gestes barrières essentiels comme le lavage régulier des mains ou l'évitement des contacts rapprochés. La vaccination, un bouclier essentiel Face à cette situation alarmante, la vaccination reste l'un des meilleurs moyens de protection contre la grippe. Les vaccins disponibles pour la saison 2024-2025 sont tétravalents, ciblant les quatre souches principales en circulation. Bon à savoir : Les analyses indiquent que les souches virales actuelles sont apparentées à celles incluses dans le vaccin, ce qui devrait assurer une bonne efficacité de la vaccination. La campagne de vaccination a été prolongée jusqu'au 28 février 2025 pour encourager une couverture plus large, notamment chez les personnes à risque et les enfants. Cependant, l'efficacité du vaccin peut varier selon les années et les groupes d'âge. Pour la saison en cours, elle est estimée à 35% chez les plus de 65 ans, mais les données concernant les enfants ne sont pas encore disponibles. En complément de la vaccination, le respect des gestes barrières reste crucial : Lavage fréquent des mains Port du masque dans les lieux publics Aération régulière des espaces clos Évitement des contacts étroits avec les personnes malades Témoignages du terrain Pour mieux comprendre l'impact de cette épidémie sur le quotidien des familles et des professionnels de santé, voici quelques témoignages recueillis. Le défi des parents De nombreux parents expriment leur inquiétude et leur fatigue face à cette situation exceptionnelle. "C'est vraiment difficile cette année. Mon fils de 5 ans a été malade pendant presque deux semaines, avec une forte fièvre. J'ai dû jongler entre le travail et les soins, c'était épuisant." – Marie, 34 ans, mère de deux enfants. L'avis des pédiatres Les pédiatres confirment une augmentation significative des consultations pour des cas de grippe. Ils insistent sur l'importance de la prévention et de la vaccination. Le Dr. Sophie Durand, pédiatre à Paris, témoigne : "Nous observons une hausse notable du nombre de cas de grippe, avec une proportion plus importante d'enfants touchés par rapport aux années précédentes. Il est crucial de ne pas minimiser les symptômes, surtout chez les nourrissons et les jeunes enfants." Adaptations dans les écoles Les établissements scolaires mettent en place des mesures pour protéger les enfants et le personnel : Mesures Objectif Nettoyage renforcé Réduire la présence du virus sur les surfaces Aération fréquente Diminuer la concentration de particules virales Sensibilisation aux gestes barrières Limiter la propagation entre les enfants Adaptation des activités pédagogiques Permettre le suivi des cours à distance Protéger les plus jeunes : les bons réflexes Face à cette épidémie particulièrement virulente chez les enfants, voici quelques conseils pratiques pour les protéger : Renforcer les gestes barrières : Encouragez le lavage des mains, l'utilisation de mouchoirs jetables et l'éternuement dans le coude. Aérer régulièrement : Ouvrez les fenêtres plusieurs fois par jour, même en hiver, pour renouveler l'air. Surveiller les symptômes : Soyez attentifs aux signes de la grippe (fièvre, toux, courbatures, fatigue intense). Consulter rapidement : N'hésitez pas à voir un médecin en cas de symptômes, surtout pour les enfants à risque. Envisager la vaccination : Discutez avec votre médecin de l'opportunité de vacciner votre enfant. Garder l'enfant malade à la maison : Évitez la propagation du virus à l'école. Maintenir une bonne hygiène de vie : Veillez à une alimentation équilibrée, un sommeil suffisant et une activité physique régulière. Urgence : Consultez immédiatement en cas de forte fièvre persistante, de difficultés respiratoires, de grande fatigue ou de déshydratation. L'épidémie de grippe de 2024-2025 frappe durement les enfants en raison d'une combinaison de facteurs viraux, environnementaux et comportementaux. Face à cette situation exceptionnelle, la vigilance de tous est primordiale. En adoptant les bons réflexes et en restant attentifs aux signes de la maladie, nous pouvons espérer traverser cette période difficile en minimisant les risques pour nos enfants. La collaboration entre parents, enseignants et professionnels de santé est essentielle pour protéger les plus jeunes et limiter la propagation du virus. Dans l'Hexagone, l'activité grippale continue de diminuer en ville et à l'hôpital, rapporte Santé publique France. Sommaire La fin du moi de mars 2025 s'accompagne d'une nette baisse de la grippe en France. L'activité grippale poursuit sa diminution en ville et à l'hôpital dans l'ensemble des classes d'âge, rapporte Santé publique France dans son dernier bulletin du 26 mars. Les décès dus à la grippe sont également en baisse, ce qui confirme que le pic épidémique est passé. 10 régions hexagonales sont en post-épidémie, l'Occitanie, les Pays de la Loire et la Corse sont en niveau de base (pas d'alerte de grippe). Les Antilles, la Guyane et Mayotte sont toujours en épidémie. La saison 2024-2025 a été marquée par la co-circulation de 3 virus grippaux A(H1N1)pdm09, A(H3N2) et B/Victoria. Généralement, la grippe court de novembre à février/mars, mais elle peut persister toute l'année. Tous les ans, 2 à 6 millions de Français sont contaminés par les virus de la grippe dont 10 000 qui en décèdent. La vaccination reste le meilleur moyen de s'en protéger surtout des formes graves. Qu'appelle-t-on une grippe ? Un syndrome grippal ? La grippe est une infection respiratoire aiguë, d'origine virale, due à un virus Influenza. Il s'agit d'une maladie infectieuse et contagieuse, qui fait l'objet d'épidémies saisonnières, généralement observée au cours de l'automne et l'hiver. C'est différent d'un syndrome grippal qui peut être dû à de nombreux autres virus respiratoires comme le rhinovirus, virus syncytial respiratoire... La plupart du temps bénigne, la grippe peut toutefois être grave chez des personnes fragiles. Quels sont les virus responsables de la grippe ? Schéma de la grippe (influenza) © masia8 - 123RF Les virus grippaux se répartissent essentiellement entre deux types : A et B, se divisant eux même en deux sous-types (A(H3N2) et A(H1N1) pdm09) ou lignages (B/Victoria et B/Yamagata). Les virus grippaux de type A circulent chez de nombreuses espèces animales (canards, poulets, porcs, chevaux, phoques…). Les virus grippaux de type B circulent essentiellement chez l'Homme. Les virus A et B sont à l'origine des épidémies saisonnières chez l'Homme mais seuls les virus de type A ont été responsables de pandémies à ce jour, souligne Santé Publique France. Pour être contaminé par le virus de la grippe, il faut être en contact avec une personne déjà grippée. La contamination peut se faire de trois façons : Par voie aérienne : une personne malade projette des gouttelettes de salive dans l'air, en parlant, en toussant ou en éternuant. Des millions de virus se retrouvent alors dans l'air, prêts à être inhalés et à vous contaminer. Par contact direct rapproché : une personne malade vous serre la main ou vous embrasse. Par le contact avec des objets touchés par une personne malade, par exemple une poignée de porte ou un téléphone. Quels sont les symptômes typiques d'une grippe ? une grande fatigue des frissons même lorsque l'on n'a pas froid une toux sèche et douloureuse puis vient la fièvre qui peut monter à plus de 39°c les courbatures les maux de tête... Dans tous les cas, en cas d'aggravation brutale ou sans amélioration de l'état 72 h après les premiers symptômes, il faut absolument consulter un médecin. Généralement lors d'une grippe, la toux est sèche et douloureuse. Parfois, cette toux sèche se transforme en toux grasse. La toux peut durer jusqu'à 3 semaines, voire plus. Elles est inquiétante si elle s'accompagne d'une fièvre persistante, de difficultés respiratoires, d'un changement de coloration de la peau, ou dans le cas des enfants, de pauses respiratoires et d'étouffements. Quand se faire vacciner contre la grippe ? La campagne de vaccination contre la grippe a débuté le 15 octobre 2024 dans l'Hexagone. Cette campagne est couplée à la campagne de vaccination contre la COVID-19. Elle cible toutes les personnes âgées de 65 ans et plus, les personnes âgées de plus de 6 mois, atteintes de comorbidités ayant un risque élevé de forme grave de la maladie, les personnes immunodéprimées, les femmes enceintes, les résidents en établissement de soins de suite ou dans établissement médico-social quel que soit leur âge, ainsi que les personnes vivant dans l'entourage ou en contacts réguliers avec des personnes immunodéprimées ou vulnérables aux formes graves de l'infection, y compris les professionnels de santé. Les vaccins disponibles sont les vaccins Vaxigrip Tetra® (Laboratoire Sanofi-Pasteur), Influvac Tetra® (Laboratoire Viatris) et Fluarix Tetra® (Laboratoire GSK). Il faut compter environ 15 jours entre la vaccination et le moment où l'organisme est protégé contre la grippe. Inutile donc d'attendre les premiers froids ou le début de l'épidémie pour se faire vacciner. Une grippe dure entre 3 et 7 jours (5 jours en moyenne). Quel est le temps d'incubation d'une grippe ? "Le temps d'incubation (délai qui s'écoule entre le moment de l'affection et l'apparition des symptômes) dure généralement entre 24 et 48 heures, mais il peut s'étendre à 72 heures, rappelle le Dr Parneix. Toutefois, le malade est contagieux, même avant l'apparition des symptômes et ce, pendant une période moyenne de 6 jours." Pendant combien de temps est-on contagieux quand on a la grippe ? La grippe est une maladie contagieuse. Le malade peut la transmettre "même avant l'apparition des symptômes et pendant une période moyenne de 6 jours" rappelle notre interlocuteur. Il existe un test rapide d'orientation diagnostique (TROD) de la grippe, réalisable en pharmacie, chez le médecin, ou dans un laboratoire médical pour dépister les virus de la grippe A ou B (types de virus les plus fréquents lors des épidémies saisonnières). Il est possible sans ordonnance et consiste en un prélèvement dans le nez et doit être fait dans les 24-48 heures après l'apparition des premiers symptômes évocateurs d'une grippe (fièvre soudaine supérieure à 39°C, maux de tête, courbatures, maux de gorge, toux, fatigue extrême). Attention, "sa sensibilité est faible chez l'adulte, pouvant être à moins de 60 % entre 70 à 90 % chez les enfants" tient à indiquer la HAS. Des laboratoires ont élaboré des tests antigéniques combinés permettant de détecter en même temps la grippe et le Covid. En 15 à 30 minutes, le patient obtient le résultat. Ces tests sont en vente libre dans certaines pharmacies. Prendre du paracétamol pour faire baisser la fièvre, les douleurs et les courbatures. La vitamine C est aussi parfois conseillée pour lutter contre la fatigue. De même, certains aliments sont particulièrement recommandés pour mieux combattre la fatigue. Si besoin, on peut compléter par un décongestionnant nasal et un antitussif pour les toux sèches et rebelles. Enfin, il faut boire abondamment et se reposer. "La grippe est due à un virus et les antibiotiques sont totalement inefficaces pour traiter les maladies virales, de plus ils pourraient détériorer les bonnes bactéries dont l'organisme a besoin pour se défendre de la maladie" rappelle le Dr Pierre Parneix. Tousser au pli du coude et se couvrir le nez lorsqu'on éternue, Laver les mains avec du savon régulièrement dans la journée, notamment après vous être mouché, avoir toussé ou éternué. Se moucher dans un mouchoir et le jeter ensuite à la poubelle, idéalement fermée avec un couvercle, Porter un masque chirurgical. Le gel hydroalcoolique est également pratique, mais à long terme, il peut dessécher les mains. Aérer son intérieur tous les jours entre 10 et 15 minutes pour renouveler l'air Pensez enfin à aérer les pièces régulièrement, plusieurs fois par jour : vous supprimerez ainsi les virus stagnants dans l'air, par les éternuements et la respiration. Nettoyer les nids à microbes comme les poignées de porte, les télécommandes, les écrans de téléphone... Enfin, éviter les contacts avec les plus vulnérables face au virus de la grippe : femmes enceintes, seniors, personnes souffrant d'une maladie chronique ou immunodéficientes, jeunes enfants... Merci au Dr Pierre Parneix, médecin hygiéniste et praticien hospitalier en santé publique (CHU de Bordeaux). L'épidémie de grippe a été précoce et d'une durée de 12 semaines au cours de la saison 2024-2025. Près de 3 millions de consultations pour syndrome grippal et 29.000 hospitalisations ont été enregistrées. L'impact de l'épidémie de grippe 2024-2025 a été "considérable" en termes de mortalité. "L'épidémie de grippe 2024-25 a été marquée par une relative précocité, une durée plus longue que la moyenne et une sévérité importante, dans toutes les classes d'âge, mais particulièrement chez les moins de 5 ans et les plus de 65 ans", prévient Santé Publique France dans son bilan des infections respiratoires aigues de cette saison. Et, en effet, les chiffres de la grippe 2024-2035 présentés dans ce rapport publié le 16 avril 2025 sont assez élevés. Grippe : une épidémie précoce, intense et sévère Cette saison, la grippe a tout d'abord surpris les Français de l'Hexagone avec un démarrage précoce (début décembre). Elle s'est aussi démarquée par sa "longévité" : 12 semaines contre 10 semaines en moyenne. Entre novembre 2024 et fin février, 2,7 millions de consultations pour syndrome grippal et près de 224.000 actes SOS Médecins pour grippe/syndrome grippal ont été enregistrés. "Au pic de l'épidémie lors de la 4e semaine de 2025, l'activité pour grippe/syndrome grippal a atteint un niveau très élevé à 27,8 % de l'ensemble des actes médicaux tous âges confondus. Cette valeur est supérieure au précédent record atteint lors de l'épidémie de grippe 2022-23 (25,4 %)", précise le bilan de Santé publique France. La sévérité de la maladie, cet hiver, s'est également vue dans les hôpitaux. Plus de 29.100 patients de la grippe ont été hospitalisés après un passage aux urgences pendant la saison épidémique. 60 % d'entre eux avaient 65 ans ou plus. Les réanimations ont également été chargées avec 1.849 admissions sur la même période. Parmi ces malades, 79 % de ceux pour lesquels le statut vaccinal était renseigné, n'avaient pas eu de doses contre la grippe, prévient le document. "L'impact de l'épidémie de grippe 2024-2025 a été également considérable en termes de mortalité", expliquent les auteurs. Si l'ensemble des données en matière de décès n'ont pas encore été analysées, les autorités sanitaires indiquent que près de 5.000 décès certifiés électroniquement "avaient une mention de grippe comme affection morbide ayant directement provoqué ou contribué au décès". Le pic des décès liés au virus a été atteint la deuxième semaine de janvier. La grippe représentait alors 7,3 % de l'ensemble des décès déclarés par certificat électronique, "valeur la plus élevée enregistrée depuis 2020". Grippe : pourquoi l'épidémie a été aussi forte cet hiver en France ? Les chiffres sont indéniables : la grippe a été virulente cet hiver. "Plusieurs facteurs ont sans doute contribué à ce fort impact de la grippe sur la population française cette année", explique Santé Publique France. L'agence cite "en particulier la co-circulation à des niveaux élevés des trois virus grippaux, la couverture vaccinale insuffisante, l'efficacité du vaccin faible à modérée chez les personnes âgées de 65 ans ou plus, ou encore la forte circulation de la grippe chez les enfants en âge d'être scolarisés au moment des fêtes de fin d'année". Tous ces éléments ont pu, selon elle, "favoriser la contamination des personnes âgées ou des enfants en bas âge, plus à risque de formes graves de la grippe."