



Réseau d'Observation Mancelle
de la Pathologie Infectieuse

*Docteur, je tousse... je mouche...
... J'ai mal à la gorge !*

Les Sarthois, malades et médecins, sont visiblement partis en vacances rejoindre les infections respiratoires aiguës. Ne restent plus au Mans que quelques habitants, quelques angines et quelques impétigos. Les antibiotiques sont ... parfois utiles

Ce que vos patients vont lire dans le Maine Libre demain, Jeudi

**COMMENT MIEUX RESISTER
A LA CHALEUR ?**

Quand il fait très chaud, le sel est notre meilleur ami

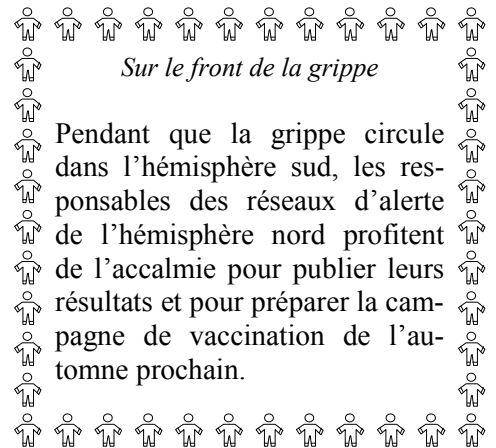
L'organisme des êtres vivants est composé essentiellement d'eau un peu salée. Notre organisme contient un stock de sel, qui est vital dans le fonctionnement de notre corps. Pendant les grandes chaleurs, nous avons besoin de transpirer pour maintenir la température de notre corps à un niveau normal. La sueur est faite d'eau salée. En transpirant, nous perdons une partie du stock de sel dont notre corps a besoin. Quand nous ne compensons qu'en buvant de l'eau, celle-ci se répartira mal car la perte de sel a été trop importante, ce qui provoque des troubles variés: maux de tête, nausées, vomissements, vertiges, crampes, pertes de connaissance, etc. Ces manifestations sont fréquentes en cas d'insolation et de coup de soleil.

Que faire pour éviter ces ennuis ? Il ne suffit pas de boire. Certes, boire beaucoup d'eau permet de compenser ce qu'on a perdu en transpirant. Mais l'eau toute seule n'apporte pas de sel. C'est pourquoi les habitants des pays chauds ont l'habitude de manger des plats salés et épicés. Faites comme eux en cas de grande chaleur comme celle que nous connaissons actuellement : anchois, chorizo, rougail saucisses, eau de mer, etc. tout ce qui est salé vous permettra de mieux garder l'eau que vous allez boire.

Par contre, l'excès de sel peut être gênant chez les personnes hypertendues, malades du coeur ou victimes d'une insuffisance rénale. Dans ce cas, il est n'est pas très facile de doser la quantité de sel à absorber. Naviguer entre trop de sel et pas assez peut être très délicat. Si vous êtes dans ce cas, mieux vaut en parler avec votre médecin. Il vous aidera à ajuster vos médicaments en fonction de la chaleur et de votre alimentation pour que, même si vous êtes malade, votre vie ne manque pas de sel.

**Infections respiratoires
à l'affiche cette semaine**
Rien à signaler

Signalés par les médecins du ROMPI
Angines, sinusites,
Diarrhées,
Impétigos et zonas



Sur le front de la grippe

Pendant que la grippe circule dans l'hémisphère sud, les responsables des réseaux d'alerte de l'hémisphère nord profitent de l'accalmie pour publier leurs résultats et pour préparer la campagne de vaccination de l'automne prochain.

Niveau d'activité médicale

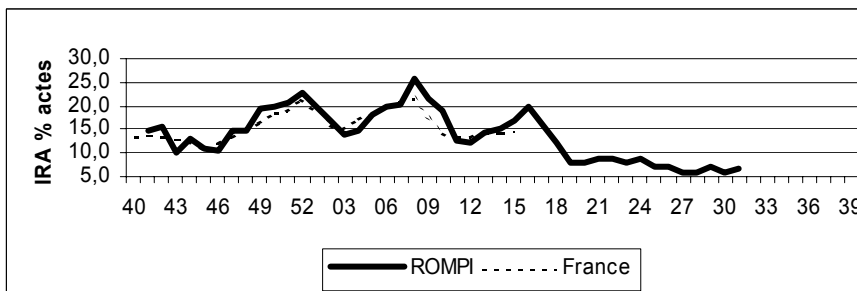
| | |
|-----------------------------|-------------------|
| % participation en vacances | 89 % des médecins |
| Jours travaillés | 56 % des médecins |
| Actes | 4,1 par semaine |
| Visites | 22 par jour |
| | 14 % des actes |

| | |
|-------------|--------------------|
| IRA | 7 % des actes |
| IRA | 6 /médecin/semaine |
| 0-4 ans | 7 % |
| 5-14 ans | 26 % |
| 15-64 ans | 55 % |
| 65 ans et + | 12 % |
| BD | 0 /médecin/semaine |

| | |
|---------------|--------------------|
| Antibios dans | 38 % des IRA |
| AT courts | 23 % des actes |
| AT courts | 2 /médecin/semaine |

Infections Respiratoires Aiguës (IRA) en médecine de ville.

Comparaison CUM—France métropolitaine. Sources: ROMPI, GROG France



Contacts

ROMPI: coordination 02.43.39.97.93 GROG Marion QUESNE 01.56.55.51.51 Mél: rompi@openrome.org Web: www.grog.org