



وباء أنفلونزا الخنازير

توصيات السلطات الصحية

عما قريب ستقوم بأداء فريضة الحج إلى مكة المكرمة. بهذه المناسبة وفي إطار مكافحة وباء أنفلونزا الخنازير، فإننا ندعوك إلى الاطلاع على التوصيات الصادرة عن السلطات الصحية السعودية والفرنسية من أجل حمايتك وحماية الأشخاص المحيطين بك من عدوى محتملة خلال أداك لمناسك الحج.

أصدرت وزارة الصحة السعودية بعد التشاور مع منظمة الصحة العالمية التوصيات التالية، والمعتمدة بتاريخ 27 سبتمبر 2009 :

يجب على الأشخاص الذين تمثل الإصابة بمضاعفات ناجمة عن فيروس أنفلونزا الخنازير خطرا عليهم تأجيل أداء العمرة والحج إلى السنة القادمة.

وهؤلاء الأشخاص هم :

- كبار السن ممن تجاوزت أعمارهم 65 عاما ؛
- النساء الحوامل والأطفال دون الخامسة من العمر ؛
- المصابون بأمراض مزمنة (مرض القلب ومرضى الجهاز التنفسي ومرضى السكري...)

من جهة أخرى تشترط السلطات السعودية رسميا تقديم شهادة تلقيح ضد الأنفلونزا الموسمية، وضد أنفلونزا الخنازير إن توفر هذا اللقاح، لإصدار تأشيرة الحج. غير أن هذه التوصيات قد تتغير في المستقبل حسبما سيأول إليه الوباء، وأيضا حسب توفر العلاج. لذا نرجو منكم الرجوع إلى الفقرة المسماة "نصائح للمسافرين" في موقع الأنترنت للوزارة الفرنسية للشؤون الخارجية والأوروبية.

وتشدد السلطات الصحية الفرنسية في توصياتها للحجاج الفرنسيين على احترام كل هذه التوصيات ومراجعة موقع الأنترنت التابع لوزارة الصحة السعودية قبل توجهه إلى مكة (<http://health.moh.gov.sa/swine/recomd.htm>) للتأكد من عدم تغير هذه التوصيات كما يمكن الإطلاع على موقع الأنترنت التابع لوزارة الشؤون الخارجية والأوروبية (www.diplomatie.gouv.fr).

Les gestes de chacun font la santé de tous



EPIDEMIE DE GRIPPE A(H1N1)

Recommandations des autorités sanitaires

Vous allez bientôt accomplir votre pèlerinage à la Mecque.

En raison de la pandémie de grippe A(H1N1), nous vous recommandons de prendre connaissance des recommandations des autorités sanitaires saoudiennes et françaises pour vous protéger, ainsi que vos proches, d'une éventuelle contamination à l'occasion de votre pèlerinage.

Le Ministère Saoudien, de la santé en concertation avec l'Organisation mondiale de la santé (OMS), a émis, à la date du 27 aout 2009, les recommandations suivantes (valables à la date du 27 septembre 2009) :

Les personnes particulièrement à risque de développer des complications dues au virus A(H1N1) doivent reporter à l'année prochaine leur participation à Omrah et au Hajj.

Ces personnes sont :

- Les personnes âgées de plus de 65 ans ;
- Les femmes enceintes et les enfants de moins de 5 ans ;
- Les personnes souffrant de maladies chroniques (maladies du cœur, maladies respiratoires, diabète...).

Officiellement, les autorités sanitaires saoudiennes exigent pour la délivrance d'un visa Hajj la présentation d'un certificat de vaccination contre la grippe saisonnière et, si le vaccin est disponible, contre la grippe A H1N1. Toutefois, il semble probable que les recommandations saoudiennes puissent changer dans l'avenir en fonction de l'évolution de l'épidémie et des traitements disponibles. Pour cela, veuillez consulter la rubrique "conseils aux voyageurs" du site du Ministère des Affaires Étrangères et Européennes.

Les autorités sanitaires françaises recommandent fortement aux pèlerins Français de respecter l'ensemble de ces recommandations et de consulter le site internet du ministère de la santé saoudien avant de se rendre à La Mecque pour vérifier que ces recommandations n'ont pas changé (<http://health.moh.gov.sa/swine/recomd.htm>). Vous pouvez également consulter le site internet du ministère des affaires étrangères et européennes : www.diplomatie.gouv.fr.

Ces recommandations sont susceptibles d'évoluer en fonction de l'état des connaissances et de l'évolution de l'épidémie.

Etat des données : 27 septembre 2009



Les gestes de chacun font la santé de tous



Recommandations en cas de symptômes grippaux

Si vous avez une fièvre supérieure à 38°C, des courbatures, ou une grande fatigue accompagnés d'une toux ou de difficultés à respirer

Pendant le pèlerinage :

- Consultez un médecin pour être pris en charge et bénéficier d'un traitement adapté.
- Limitez les contacts physiques avec les autres personnes pour éviter de les contaminer.
- Vous pouvez également contacter, à tout moment, l'antenne consulaire à La Mecque aux numéros suivants : 00.966.504.327.803 / 00.966.503.365.783 / 00.966.500.129.665

A votre retour en France :

- Appelez votre médecin traitant. Ne contactez le 15 qu'en cas d'urgence.
- Limitez les contacts physiques avec les autres personnes pour éviter de les contaminer.

Qu'est ce que la grippe A(H1N1) ?

Cette grippe est une infection humaine par un nouveau virus de la famille A(H1N1). Sa transmission est dite «interhumaine» (qui se transmet d'homme à homme).

Dans le cadre de l'épidémie actuelle, la transmission se fait de la même manière que celle d'une grippe saisonnière :

- **par la voie aérienne**, c'est-à-dire 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).

Les symptômes sont identiques à ceux de la grippe (voir ci-dessus). Une personne malade est contagieuse dès les premiers symptômes et pendant environ 7 jours.

Pour vous protéger et protéger votre entourage, il vous est conseillé d'adopter et de respecter les **règles d'hygiène** qui permettent de limiter la transmission du virus :

- éviter tout contact physique avec une personne malade ;
- se laver régulièrement les mains au savon ou les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique (disponible en pharmacies et grandes surfaces en France), notamment après avoir toussé ou s'être mouché ;
- se couvrir la bouche et le nez quand on tousse ou éternue, avec le bras ou la manche ou un mouchoir à usage unique (à jeter dans une poubelle).

Les gestes de chacun font la santé de tous



Tوصيات في حال ظهور عوارض الأنفلونزا

في حال تجاوز درجة حرارة الجسم 38 درجة مئوية والشعور بالتعب العضلي أو بحالة من التعب الشديد مع سعال وصعوبة في التنفس،

أثناء أداء مراسم الحج :

- استشر الطبيب كي يفحصك ولكي تستفيد من علاج مناسب؛
- عليك بتفادي لمس الأشخاص الآخرين وابتعد عنهم لتجنبهم العدوى؛
- يمكنك الإتصال في أية لحظة بمكتب القنصلية في مكة على الأرقام التالية : 00.966.504.327.803 / 00.966.503.365.783 / 00.966.500.129.665

بعد عودتك إلى فرنسا :

- اتصل بطبيبك الإعتيادي. وفي حال الطوارئ فقط اتصل بالرقم 15؛
- عليك بالابتعاد عن الأشخاص الآخرين وتفادي لمسهم حتى تجنبهم العدوى.

ما هو داء أنفلونزا الخنازير ؟

إن أنفلونزا الخنازير هي مرض بشري ينتج عن الإصابة بفيروس أنفلونزا جديد من فصيلة (H1N1). ويوصف هذا الفيروس بالبشري لأن عدواه تنتقل من شخص إلى آخر.

وتتم العدوى بأنفلونزا الخنازير بانتقال الفيروس بنفس طريقة انتقال فيروس الأنفلونزا الموسمية :

- عبر المجاري الهوائية أي عبر السعال والعطس أو نثر اللعاب (عند الكلام)؛
- عبر الاقتراب من شخص مصاب (أثناء العناق أو المصافحة)؛
- عبر لمس الأشياء الملوثة التي لمسها شخص مريض (على سبيل المثال: قبضة الباب)

عوارض أنفلونزا الخنازير هي نفس عوارض الأنفلونزا الموسمية (راجع أعلاه). فالشخص المريض مُعدي منذ ظهور العوارض وخلال قرابة أسبوع.

لحماية نفسك وحماية الأشخاص المحيطين بك، ننصحك باعتماد واحترام القواعد الصحية التي تتيح الحد من انتشار الفيروس :

- تجنب لمس شخص مريض؛
- غسل اليدين بالصابون أو بوسائل محلول كحولي (يتوافر في الصيدليات وفي المحلات الكبرى في فرنسا)، خاصة بعد السعال أو التمخط
- تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس بواسطة الذراع أو كم القميص أو منديل يستعمل مرة واحدة (ويلقى في القمامة)

Les gestes de chacun font la santé de tous

