

Hygiène en période d'épidémie et même tout le temps

J.-C. de Miscault

Paris, le 3 avril 2020

Différences avec une des épidémies de grippe dont on a l'habitude ??? Pas clair.

Est-ce seulement une épidémie de grippe forte et surtout sur-médiatisée ?

Avec le problème de la fiabilité du diagnostic avec le grand flou sur les faux positifs et les faux négatifs. L'état veut tout savoir ! Quelle importance puisque l'état n'y peut quasiment rien. C'est chacun qui y peut quelque chose.

Nous sommes en présence de 2 siècles de recul de civilisation, avec le retour aux quarantaines, à l'assistantat et aux ambiances confinées produisant l'effet inverse de l'effet qu'on prétend atteindre, car ces regroupements sont les pires foyers de contamination. Exemples : bateaux de croisière, bâtiments de guerre, rapatriements, métro, bus, hôpitaux, salles d'attente, parlottes inutiles...

Quand on ne comprend pas ce qu'on fait... Le pire arrive...

Ignorance crasse, l'essentiel étant noyé sous un flot de langue de bois.

La parole est d'argent, le silence est d'or. La fermer.

Les virus sont mutants. Ce n'est pas nouveau.

Les virus sont des chevaux de Troie pour les microbes. Ce n'est pas nouveau.

Toujours pas de médicaments contre la grippe.

Heureusement, le corps humain s'immunise au moins pendant un temps.

Il existe des vaccins, mais contre les virus précédents.

La complication la plus classique est, par exemple, la grippe qui dégénère en bronchite.

Qu'est ce que c'est qu'une grippe ? C'est une maladie virale.

Ça dure une semaine ou 8 jours, selon que l'on va chez le médecin ou non.

Ne pas déranger les médecins pour une simple grippe, puisqu'il n'y a pas de remède. On risque de faire plus de mal que de bien. Il faut rester tranquille afin de ne pas transmettre le virus et de ne pas risquer d'attraper une complication en s'agitant.

Les complications étant microbiennes, elles, elles se soignent, par exemple avec des antibiotiques.

Si on veut être très prudents, il faut prendre la température rectale le matin avant de se lever.

On doit trouver un peu moins de 37 degrés.

Si ça dévie et si on est fragiles, rester chez soi.

L'hygiène : ses heureux effets (à condition de faire preuve de **discernement**)

Les masques chirurgicaux sont indispensables parce qu'on a le ventre ouvert donc pas de défenses. Donc une stricte asepsie est absolument nécessaire en salle d'opération, ce qui n'est pas le cas de la vie courante.

Le masque chirurgical n'a pas pour but de protéger le médecin. Il a pour but de protéger l'opéré.

Foulards, châles, caches nez, voile (islamique), gants

Tout ça c'est bon pour ralentir la contagion.

Mettre sa main devant sa bouche avant de tousser.

Mouchoirs, se laver les mains.

Ne pas tout le temps jeter les mouchoirs si on veut s'endurcir.

Jeter les mouchoirs après usage si on se sait vulnérable.

Jeux de mains, jeux de vilains

Ne pas se coller les uns aux autres.

Pas de zizous.

Les magasins : n'y rester que le temps nécessaire. Ne pas toucher. Pas de blabla ni de lamentations.

Ne pas traîner dans les magasins, ni dans les lieux publics.

Donc pas besoin de les fermer, ces magasins ou lieux publics, donc on ne les ruine pas. On évite ainsi une crise économique.

Vente en vrac : toucher des yeux, épluchage, lavage, cuisson (ou sinon c'est pour s'endurcir)

Ne toucher que les légumes ou les fruits que l'on achète.

Être aguerris et ne pas être amollis dans une vie aseptisée comme si on était élevés dans du coton, puisque être dans une ambiance aseptisée toute une vie est impossible.

Mauviettes, poules mouillées : un jour ou l'autre elles le payent.

Éviter les foules

Vie saine au grand air (sanatoriums, camps de vacances) au lieu de rester chez soi, chacun confiné dans ses microbes. Aération des locaux de vie.

Aplatir plus ou moins la courbe de Gauss des contaminations.

Aplatir plus : étaler la vague dans les hôpitaux, les pauvres petits...

Aplatir moins : ne pas laisser le temps aux microbes de se développer, donc limiter le risque de complications, ruiner le moins possible l'économie en la perturbant le moins possible et le moins longtemps possible.

La mithridatisation, jusqu'à quel point ? D'après Mithridate, Roi du Pont.

Puisque l'épidémie cesse quand une part suffisante de la population est immunisée, autant affronter le virus au plus tôt et en finir. Ceci est vrai pour la part de la population suffisamment jeune et en bonne santé. Plus vite cette population saine sera immunisée (en ayant été contaminée et en ayant facilement surmonté), plus vite elle protégera les vieux, les faibles, sans déranger les hôpitaux, sans que ça coûte rien.

Réflexes de sécurité à adopter : c'est ça **le comportement responsable**

C'est-à-dire l'exact contraire de l'idéologie en vogue, ici.

Chercher les faiblesses dans mes raisonnements, SVP.

Annexe

J'ai passé les 16 premières années de ma vie dans la banlieue de Nancy, à Essey-lès-Nancy puis à Saint-Max. Après avoir été médecin des mines, mon père avait été médecin de campagne, puis finalement médecin de banlieue.

En périodes d'épidémies, il ne portait jamais de masque, il ne tombait jamais malade. Il allait en visite chez les malades, de jour comme de nuit. En périodes d'épidémies, il faisait plusieurs visites par nuit, en pleine nuit. Parfois, ça nous réveillait. Il ne perdait pas de temps à se déshabiller entre deux.

On ne se défaussait pas sur les autres.

On ne vivait pas dans du coton.

On ne tombait quasiment pas malade...

On n'attendait pas le secours de l'état puisqu'on comprenait que cette attente aurait été vaine !